



مجلة العلوم الإنسانية
بجامعة حائل



جامعة حائل
University of Hail

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل



السنة السابعة، العدد 24
المجلد الثاني، ديسمبر 2024

Arcif
Analytics

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مجلة العلوم الإنسانية
بجامعة حائل



جامعة حائل
University of Ha'il

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل

للتواصل:

مركز النشر العلمي والترجمة

جامعة حائل، صندوق بريد: 2440 الرمز البريدي: 81481



<https://uohjh.com/>



j.humanities@uoh.edu.sa

نبذة عن المجلة

تعريف بالمجلة

مجلة العلوم الإنسانية، مجلة دورية علمية محكمة، تصدر عن وكالة الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي بجامعة حائل كل ثلاثة أشهر بصفة دورية، حث تصدر أربعة أعداد في كل سنة، وبحسب اكتمال البحوث المجازة للنشر. وقد نُجحت مجلة العلوم الإنسانية في تحقيق معايير اعتماد معامل التأثير والاستشهادات المرجعية للمجلات العلمية العربية معامل "آر سيف Arcif" المتوافقة مع المعايير العالمية، والتي يبلغ عددها (32) معياراً، وقد أُطلق ذلك خلال التقرير السنوي الثامن للمجلات للعام 2023.

رؤية المجلة

التميز في النشر العلمي في العلوم الإنسانية وفقاً لمعايير مهنية عالمية.

رسالة المجلة

نشر البحوث العلمية في التخصصات الإنسانية؛ لخدمة البحث العلمي والمجتمع المحلي والدولي.

أهداف المجلة

تهدف المجلة إلى إيجاد منافذ رصينة؛ لنشر المعرفة العلمية المتخصصة في المجال الإنساني، وتمكن الباحثين -من مختلف بلدان العالم- من نشر أبحاثهم ودراساتهم وإنتاجهم الفكري لمعالجة واقع المشكلات الحياتية، وتأسيس الأطر النظرية والتطبيقية للمعارف الإنسانية في المجالات المتنوعة، وفق ضوابط وشروط ومواصفات علمية دقيقة، تحقيقاً للجودة والريادة في نر البحث العلمي.

قواعد النشر

لغة النشر

- 1- تقبل المجلة البحوث المكتوبة باللغتين العربية والإنجليزية.
- 2- يُكتب عنوان البحث وملخصه باللغة العربية للبحوث المكتوبة باللغة الإنجليزية.
- 3- يُكتب عنوان البحث وملخصه ومراجعته باللغة الإنجليزية للبحوث المكتوبة باللغة العربية، على أن تكون ترجمة الملخص إلى اللغة الإنجليزية صحيحة ومتخصصة.

مجالات النشر في المجلة

تتم مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل بنشر إسهامات الباحثين في مختلف القضايا الإنسانية الاجتماعية والأدبية، إضافة إلى نشر الدراسات والمقالات التي تتوفر فيها الأصول والمعايير العلمية المتعارف عليها دولياً، وتقبل الأبحاث المكتوبة باللغة العربية والإنجليزية في مجال اختصاصها، حيث تعنى المجلة بالتخصصات الآتية:

- علم النفس وعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية والفلسفة الفكرية العلمية الدقيقة.
- المناهج وطرق التدريس والعلوم التربوية المختلفة.
- الدراسات الإسلامية والشريعة والقانون.
- الآداب: التاريخ والجغرافيا والفنون واللغة العربية، واللغة الإنجليزية، والسياحة والآثار.
- الإدارة والإعلام والاتصال وعلوم الرياضة والحركة.

أوعية نشر المجلة

تصدر المجلة ورقياً حسب القواعد والأنظمة المعمول بها في المحلات العلمية المحكمة، كما تُنشر البحوث المقبولة بعد تحكيمها إلكترونياً لتعم المعرفة العلمية بشكل أوسع في جميع المؤسسات العلمية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها.

ضوابط النشر في مجلة العلوم الإنسانية وإجراءاته

أولاً: شروط النشر

أولاً: شروط النشر

1. أن يتسم بالأصالة والجدّة والابتكار والإضافة المعرفية في التخصص.
2. لم يسبق للباحث نشر بحثه.
3. ألا يكون مستقلاً من رسالة علمية (ماجستير / دكتوراة) أو بحوث سبق نشرها للباحث.
4. أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.
5. أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.
6. عدم مخالفة البحث للضوابط والأحكام والآداب العامة في المملكة العربية السعودية.
7. مراعاة الأمانة العلمية وضوابط التوثيق في النقل والاقتباس.
8. السلامة اللغوية ووضوح الصور والرسومات والجداول إن وجدت، وللمجلة حقها في مراجعة التحرير والتدقيق النحوي.

ثانياً: قواعد النشر

1. أن يشتمل البحث على: صفحة عنوان البحث، ومستخلص باللغتين العربية والإنجليزية، ومقدمة، وصلب البحث، وخاتمة تتضمن النتائج والتوصيات، وثبت المصادر والمراجع باللغتين العربية والإنجليزية، والملاحق اللازمة (إن وجدت).
2. في حال (نشر البحث) يُزود الباحث بنسخة إلكترونية من عدد المجلة الذي تم نشر بحثه فيه، ومستقلاً لبحثه .
3. في حال اعتماد نشر البحث تؤول حقوق نشره كافة للمجلة، ولها أن تعيد نشره ورقياً أو إلكترونياً، ويحق لها إدراجه في قواعد البيانات المحليّة والعالمية - بمقابل أو بدون مقابل - وذلك دون حاجة لإذن الباحث.
4. لا يحق للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلا بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.
5. الآراء الواردة في البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر الباحثين، ولا تعبر عن رأي مجلة العلوم الإنسانية.
6. النشر في المجلة يتطلب رسوماً مالية قدرها (1000 ريال) يتم إيداعها في حساب المجلة، وذلك بعد إشعار الباحث بالقبول الأولي وهي غير مستردة سواء أجاز البحث للنشر أم تم رفضه من قبل المحكمين.

ثالثاً: توثيق البحث

أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA7)

رابعا: خطوات وإجراءات التقديم

1. يقدم الباحث الرئيس طلباً للنشر (من خلال منصة الباحثين بعد التسجيل فيها) يتعهد فيه بأن بحثه يتفق مع شروط المجلة، وذلك على النحو الآتي:
 - أ. البحث الذي تقدمت به لم يسبق نشره (ورقياً أو إلكترونياً)، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في وجهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه، ونشره في المجلة، أو الاعتذار للباحث لعدم قبول البحث.
 - ب. البحث الذي تقدمت به ليس مستلماً من بحوث أو كتب سبق نشرها أو قدمت للنشر، وليس مستلماً من الرسائل العلمية للماستير أو الدكتوراة.
 - ج. الالتزام بالأمانة العلمية وأخلاقيات البحث العلمي.
 - د. مراعاة منهج البحث العلمي وقواعده.
 - هـ. الالتزام بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل كما هو في دليل المؤلفين
- كتابة البحوث المقدمة للنشر في مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل وفق نظام APA7
2. إرفاق سيرة ذاتية مختصرة في صفحة واحدة حسب النموذج المعتمد للمجلة (نموذج السيرة الذاتية).
 3. إرفاق نموذج المراجعة والتدقيق الأولي بعد تعينته من قبل الباحث.
 4. يرسل الباحث أربع نسخ من بحثه إلى المجلة إلكترونياً بصيغة (word) نسختين و (PDF) نسختين تكون إحداها بالصيغتين خالية مما يدل على شخصية الباحث.
 5. يتم التقديم إلكترونياً من خلال منصة تقديم الطلب الموجودة على موقع المجلة (منصة الباحثين) بعد التسجيل فيها مع إرفاق كافة المرفقات الواردة في خطوات وإجراءات التقديم أعلاه.
 6. تقوم هيئة تحرير المجلة بالفحص الأولي للبحث، وتقرير أهليته للتحكيم، أو الاعتذار عن قبوله أولاً أو بناء على تقارير المحكمين دون إبداء الأسباب وإخطار الباحث بذلك
 7. تملك المجلة حق رفض البحث الأولي ما دام غير مكتمل أو غير ملتزم بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة حائل للعلوم الإنسانية.
 8. في حال تقرر أهلية البحث للتحكيم يخطر الباحث بذلك، وعليه دفع الرسوم المالية المقررة للمجلة (1000 ريال غير مستردة من خلال الإيداع على حساب المجلة ورفع الإيصال من خلال منصة التقديم المتاحة على موقع المجلة، وذلك خلال مدة خمس أيام عمل منذ إخطار الباحث بقبول بحثه أولاً وفي حالة عدم السداد خلال المدة المذكورة يعتبر القبول الأولي ملغياً.
 9. بعد دفع الرسوم المطلوبة من قبل الباحث خلال المدة المقررة للدفع ورفع سند الإيصال من خلال منصة التقديم، يرسل البحث لمحكمين اثنين؛ على الأقل.
 10. في حال اكتمال تقارير المحكمين عن البحث؛ يتم إرسال خطاب للباحث يتضمن إحدى الحالات التالية:
 - أ. قبول البحث للنشر مباشرة.
 - ب. قبول البحث للنشر؛ بعد التعديل.
 - ج. تعديل البحث، ثم إعادة تحكيمه.
 - د. الاعتذار عن قبول البحث ونشره.
 11. إذا تطلب الأمر من الباحث القيام ببعض التعديلات على بحثه، فإنه يجب أن يتم ذلك في غضون (أسبوعين من تاريخ الخطاب) من الطلب. فإذا تأخر الباحث عن إجراء التعديلات خلال المدة المحددة، يعتبر ذلك عدولاً منه عن النشر، ما لم يقدم عذراً تقبله هيئة تحرير المجلة.
 12. في حالة رفض أحد المحكمين للبحث، وقبول المحكم الآخر له وكانت درجته أقل من 70%؛ فإنه يحق للمجلة الاعتذار عن قبول البحث ونشره دون الحاجة إلى تحويله إلى محكم مرجح، وتكون الرسوم غير مستردة.

13. يقدم الباحث الرئيس (حسب نموذج الرد على المحكمين) تقرير عن تعديل البحث وفقاً للملاحظات الواردة في تقارير المحكمين الإجمالية أو التفصيلية في متن البحث
14. للمجلة الحق في الحذف أو التعديل في الصياغة اللغوية للدراسة بما يتفق مع قواعد النشر، كما يحق للمحررين إجراء بعض التعديلات من أجل التصحيح اللغوي والفني. وإلغاء التكرار، وإيضاح ما يلزم. وكذلك لها الحق في رفض البحث دون إبداء الأسباب.
15. في حالة رفض البحث من قبل المحكمين فإن الرسوم غير مستردة.
16. إذا رفض البحث، ورجب المؤلف في الحصول على ملاحظات المحكمين، فإنه يمكن تزويده بهم، مع الحفاظ على سرية المحكمين. ولا يحق للباحث التقدم من جديد بالبحث نفسه إلى المجلة ولو أجريت عليه جميع التعديلات المطلوبة.
17. لا تردّ البحوث المقدمة إلى أصحابها سواء نشرت أم لم تنشر، ويخطر المؤلف في حالة عدم الموافقة على النشر
18. يحق للمجلة أن ترسل للباحث المقبول بحثه نسخة معتمدة للطباعة للمراجعة والتدقيق، وعليه إنجاز هذه العملية خلال 36 ساعة.
19. هيئة تحرير المجلة الحق في تحديد أولويات نشر البحوث، وترتيبها فنياً.

المشرف العام

سعادة وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي

أ. د. هيثم بن محمد بن إبراهيم السيف

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير

أ. د. بشير بن علي اللويش

أستاذ الخدمة الاجتماعية

أعضاء هيئة التحرير

د. وافي بن فهد الشمري

أستاذ اللغويات (الإنجليزية) المشارك

د. ياسر بن عايد السميري

أستاذ التربية الخاصة المشارك

د. نوف بنت عبدالله السويداء

استاذ تقنيات تعليم التصميم والفنون المشارك

محمد بن ناصر اللحيدان

سكرتير التحرير

أ. د. سالم بن عبيد المطيري

أستاذ الفقه

أ. د. منى بنت سليمان الذبياني

أستاذ الإدارة التربوية

د. نواف بن عوض الرشيد

أستاذ تعليم الرياضيات المشارك

د. إبراهيم بن سعيد الشمري

أستاذ النحو والصرف المشارك

الهيئة الاستشارية

أ.د فهد بن سليمان الشايح

جامعة الملك سعود - مناهج وطرق تدريس

Dr. Nasser Mansour

University of Exeter. UK – Education

أ.د محمد بن مترك القحطاني

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - علم النفس

أ.د علي مهدي كاظم

جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان - قياس وتقويم

أ.د ناصر بن سعد العجمي

جامعة الملك سعود - التقييم والتشخيص السلوكي

أ.د حمود بن فهد القشعان

جامعة الكويت - الخدمة الاجتماعية

Prof. Medhat H. Rahim

Lakehead University - CANADA

Faculty of Education

أ.د رقية طه جابر العلواني

جامعة البحرين - الدراسات الإسلامية

أ.د سعيد يقطين

جامعة محمد الخامس - سرديات اللغة العربية

Prof. François Villeneuve

University of Paris 1 Panthéon Sorbonne

Professor of archaeology

أ. د سعد بن عبد الرحمن البازعي

جامعة الملك سعود - الأدب الإنجليزي

أ.د محمد شحات الخطيب

جامعة طيبة - فلسفة التربية



جودة الحياة النفسية والجسدية والعلمية والمهنية للمسلم من خلال الآيات القرآنية
The quality of the psychological, physical, academic and professional
life of the Muslim through Quranic verses

د. كيفة بنت عيادة الرشيدى

أستاذ التفسير وعلومه المشارك، قسم الدراسات الإسلامية، كلية الشريعة والقانون، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية

<https://orcid.org/0009-0002-7780-398X>

Dr. Kayfayh Aiadh Alrasheedi

Professor of Interpretation and Associate Sciences, Department of Islamic Studies,
College of Sharia and Law, University of Hail, Kingdom of Saudi Arabia.

(تاريخ الاستلام: 2024/09/18، تاريخ القبول: 2024/12/14، تاريخ النشر: 2024/12/30)

المستخلص

تناول هذا البحث جودة الحياة النفسية من خلال الآيات التي تناولت طرق الوقاية من الأمراض النفسية، والبعد عن الأسباب التي تؤدي إلى الاضطرابات التي تصيب النفس البشرية، ورفع مستوى الأمن النفسي، وتقدير الذات، كما عرض البحث لبيان جودة الحياة الجسدية من خلال الآيات الدالة على الاهتمام بالجسم من حيث التغذية لواقته من الضعف والهزال، كما تطرق لجودة الحياة العلمية من خلال الآيات التي تحض على أهمية العلم والتعلم، وتطبيق العلم من خلال الإخلاص في العمل، كما تطرق لجودة الحياة المهنية من خلال الآيات الدالة على الأمانة في العمل وإتقانه، والحرص على الكسب الحلال، ومراعاة القدرة والاستطاعة في التكليف العملية، والحث على تحقيق النفع لآخرين.

الكلمات المفتاحية: جودة، الحياة، النفسية، الجسدية، العلمية، المهنية، الآيات القرآنية.

Abstract

This research addressed the quality of psychological life through verses that dealt with prevention of psychological diseases, avoiding the causes that lead to disorders that affect them, raising the level of psychological security, and self-esteem. The research also showed the quality of physical life through verses indicating interest in the body in terms of nutrition to protect it from weakness and emaciation. It also addressed the quality of scientific life through verses that urge the importance of science and learning and applying science through sincerity in work. It also addressed the difficulty of professional life through verses indicating honesty in work and mastery, keenness on lawful earnings, taking into account ability and capacity in practical costs, and urging the achievement of benefit for others.

Keywords: Quality, life, psychological, physical, scientific, professional, Quranic verses.

للاستشهاد: الرشيدى، كيفة بنت عيادة. (2024). جودة الحياة النفسية والجسدية والعلمية والمهنية للمسلم من خلال الآيات القرآنية. مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل، 02 (24)، ص 203 - ص 220.

Funding: There is no funding for this research

التمويل: لا يوجد تمويل لهذا البحث

المقدمة:

سبق الإسلام الحضارات الإنسانية كلها في إيجاد مبدأ الجودة التي بمعنى الإحسان والإتقان، كما وضع ﷺ كيف هي للإنسان أسباب الحياة الكريمة؛ قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ [التين: 4]، وأمره أن يسير في حياته على أساس الإحسان والعمل الصالح المتقن.

كما بين ﷺ أن المعيار في قبول الأعمال وردها هو الإحسان والإتقان فقال تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ [ملك: 2]؛ فالمعيار إذن هو إتقان وجوده العمل لا كثرته، وهذا ما أكدته السنة النبوية؛ قال ﷺ: (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يَتَّقِنَهُ) (أبو يعلى، 1984، ج7، ص349، ح4386؛ الطبراني، 1994، ج24، ص306)، والحديث تفرد به مصعب بن ثابت، وثقه ابن حبان وضعفه جماعة (الهيثمي، 1994، ج4، ص98).

فجاءت الآيات الدالة على جودة الحياة النفسية بوقايتها من الاضطرابات التي قد تصيبها نتيجة لضغوط الحياة؛ فالله ﷻ حافظ عبده المؤمن مادام العبد معه ﷻ؛ إذ إن الأمور كلها بيده ﷻ، وإليه ترجع الأمور، كما بينت الآيات سبل البعد عن الاضطرابات النفسية؛ وذلك بتجنب مسبباتها؛ من خلال رفع مستوى الأمن وتقدير الذات.

ومن الجوانب المهمة التي تناولها القرآن الكريم والتي تُعنى بجودة الحياة للفرد المسلم العناية بالجسد؛ من خلال بيان الحرص على تغذيته التغذية الصحية التي تقويه من الضعف والهزال، الأمراض.

كما عرض القرآن الكريم لجانب مهم يسهم في تحقيق جودة الحياة للفرد والمجتمع تمثل في التعلم والتعليم؛ في أنه ينبغي إخراج النية فيها، ومن مقتضيات العلم التي أكد عليها القرآن الكريم العمل بالعلم وتطبيق ما يتعلمه المسلم تطبيقاً عملياً.

كما لم يغفل القرآن الكريم بيان جودة الحياة المهنية للفرد المسلم، فجاءت الآيات الكريمة داعية إلى إتقان العمل، مع مراعاة تفاوت قدرات الأفراد، وحثت على الحرص على الكسب الحلال؛ مع خضوع الفرد خضوعاً تاماً للمراقبة والمحاسبة؛ كما أن عليه الحرص على نفع الآخرين.

أهمية الموضوع وأسباب اختياره:

1. عناية القرآن الكريم بكل ما من شأنه توفير الحياة الكريمة للإنسان في هذه الدنيا.

2. أن كثيراً من آيات القرآن الكريم عنيت بعناصر جودة الحياة، وفي هذا رد على من يعتقد أن مصطلح الجودة مصطلحاً حديثاً لم يتناوله القرآن الكريم.

3. أن جودة الحياة سبب مهم في توفر الحياة الكريمة، والعيش الطيب، وهذا مبتغى كل إنسان.

4. أن من أهم مقومات جودة الحياة التي عالجتها آيات القرآن الكريم: جودة الحياة النفسية، والجسدية، والعملية، والعلمية.

أهداف البحث:

يسعى البحث إلى تحقيق جملة من الأهداف من أهمها:

1. بيان الآيات التي تناولت الحفاظ على نفس الإنسان من الاضطرابات النفسية؛ لتحقيق الأمن النفسي له.
2. إبراز الآيات التي تناولت العناية بالجسد؛ لمنع الإضرار به والعناية بغذائه وصحته؛ لوقايته من الضعف والمرض.
3. إيضاح الآيات التي تناولت التعلم والتعليم إخلاصاً وتطبيقاً؛ لنفع الفرد والمجتمع.
4. إبراز الآيات الدالة على إتقان العمل وبيان أن الإنسان خاضع للمراقبة والمحاسبة، ومراعاة قدرة واستطاعة أفراد المجتمع.

مشكلة الدراسة:

تمثل مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الآتي:

ما أبرز مقومات جودة الحياة التي وردت في آيات القرآن الكريم من الناحية النفسية والجسدية والعلمية والمهنية للفرد؟

الدراسات السابقة:

بعد البحث في محركات البحث العملي والشبكة العالمية، لم تقف الباحثة على دراسة بهذا العنوان، إلا أني وقفت على بعض الدراسات التي ترتبط بالبحث، ومن أصدقها به:

1. جودة التعليم من منظور إسلامي (الإحسان، الإتقان، الجودة، التميز): إعداد حسن عبدالله باشيو، 2006م، هدفت الدراسة إلى التعرف على أهداف التعليم وأمناطه الحديثة، وبيان أهم معايير الجودة من منظور إسلامي، وأكدت الدراسة على أن التربية الإسلامية لم تكنف بالجودة في العملية التعليمية وإنما تعدت ذلك إلى الإتقان المستمر في التخطيط والإعداد والتنفيذ.

2. ضمان الجودة الشاملة في القرآن الكريم والسنة النبوية دراسة موضوعية تحليلية: إعداد: د. زياد عواد أبو حماد، د. سليمان بن علي الشعيلي، د. صالح بن أحمد البوسعيد، بحث منشور في مجلة حولية كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بالزقازيق، العدد السابع، 2017م. جاء هذا البحث لبيان مفهوم الجودة عند المعاصرين، والمعاني التي يدل عليها لفظ الجودة والألفاظ المرادفة لها في القرآن الكريم والسنة النبوية، والمفاهيم التي تتضمنها هذه الألفاظ، في دراسة موضوعية تحليلية؛ وهدف لتأصيل هذه المسألة في بيان أصولها الشرعية لتأكيد وجود هذا المصطلح في ديننا، وأن الإسلام قد سبق الغرب بالعمل بضمان الجودة.

منهج البحث:

اعتمدت في هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي، ومن أهم الضوابط التي سرت عليها:

1. كتابة الآيات بالرسم العثماني مع عزو الآية إلى سورتها، ورقمها بعد النص مباشرة.
2. كتابة الأحاديث الشريفة بالتشكيل الكامل، مع تحريكها من مظاهراً، وفق الطريقة العلمية المتعارف عليها في تخريج الأحاديث الشريفة.
3. عزو النصوص المنقولة إلى مصادرها الأصلية.
4. عزو الأقوال إلى قائلها مع توثيقها من مصادرها الأصلية.
5. ضبط ما قد يشكل من كلمات بما يجلي إشكالاتها.
6. التعريف بالمصطلحات الواردة في البحث.
7. العناية بعبارات الترقيم الحديثة.

خطة البحث:

اقتضت طبيعة البحث أن ينتظم في مقدمة، وتمهيد، وأربعة مباحث، وخاتمة، وفهرس للمصادر والمراجع، وفق التفصيل الآتي:

التمهيد: التعريف بمصطلحات البحث:

- المبحث الأول: الآيات الدالة على جودة الحياة النفسية.
- المبحث الثاني: الآيات الدالة على جودة الحياة الجسمية.
- المبحث الثالث: الآيات الدالة على جودة الحياة العلمية.
- المبحث الرابع: الآيات الدالة على جودة الحياة المهنية.

التمهيد: التعريف بمفردات البحث.

أولاً: تعريف الجودة

(أ) تعريف الجودة لغة:

الجودة مشتقة من الفعل جود؛ و«تعني الشيء الجيد؛ وهي نقبض الرديء؛ فيقال: جاد الشيء جوداً وجودة، أي صار جيداً؛ يقال: هذا الشيء جيد بين الجودة والجودة» (ابن منظور، 1414، ج3، ص135).

(ب) تعريف الجودة اصطلاحاً:

الجودة مصطلح حديث؛ لذا لم يتناوله علماء المسلمين المتقدمون بتعريف جامع مانع؛ وإن كان قد دار في كتب الفقه والأصول بالمعنى اللغوي، من تحسين الشيء وإتقانه (الجصاص، 1994، ج14، ص160؛ الدبوسي، 2001، ص267؛ الغزالي، 1971، ص367).

ولجودة الحياة عدة تعريفات حديثة منها:

تعريفها بأنها: «مدى ملاءمة المنتج للاستعمال» (عبوي، 2006، ص32).

3. المبادئ الأساسية للجودة في القرآن والسنة، قاسم نجم، بحث مقدم إلى المجلة الدولية للبحوث الإسلامية والإنسانية المتقدمة، مجلد (4)، عدد (9) (2014): استعرض هذا البحث معايير الجودة في القرآن الكريم والسنة النبوية، ومبادئها الأساسية، والمواصفات الشخصية العامة لمن يحملها ويطبقها كمنهج مؤسسي قائم على مبادئ الدين الحنيف، واستعرض المفاهيم الإسلامية ومصطلحات الجودة من ناحية إسلامية، والمبادئ التي يمكن من خلالها تحليل نماذج الجودة التي توصل إليها الباحثون في العصر الحديث ومشاكلها للمبادئ التي سبقها الإسلام بمئات السنين.

4. جودة الحياة من منظور القرآن الكريم، د.محمد محمود كالو، بحث مقدم لأعمال الملتقى الدولي: الفلسفة والنقد ومشروع الكونية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران الجزائر، (2020/11/19): وضحت الدراسة مفهوم جودة الحياة من منظور القرآن الكريم، كما ركز على بيان مجالات الجودة، وأسسها وأركانها ومبادئها، ومرادفاتها في القرآن الكريم، وأنواع الجودة في القرآن الكريم، وربطها بالواقع المعاصر.

5. جودة الحياة من منظور القرآن الكريم، يحيى مقبل صالح الصباحي، بحث منشور في مجلة جامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية، (2020): تناول البحث موضوع جودة الحياة من منظور القرآن الكريم، وناقش إشكالية المعنى لجودة الحياة، وكيفية الحصول عليها مع مراعاة الجوانب المختلفة للحياة، وتحقيق أبعاد الشخصية وعلاقتها بجودة الحياة، وبما يعود على الفرد والمجتمع بالاستقرار والطمأنينة والإنجاز الحضاري، مع مراعاة الانسجام الكوني وفق السنن التي قدرها الله وقضاها، وسلك الباحث منهج الاستنباط والتحليل، وخلص البحث إلى جملة من النتائج منها: أن جودة الحياة تعني قدرة الإنسان على التعايش مع نفسه ومجتمعه بما يمنحه القدرة على أداء دوره في بناء الحياة، وأن جودة الحياة لا تتحقق إلا من خلال الاهتمام بالبعد الروحي والمادي للشخصية، وأوصى البحث القائمين على النوعية الدينية بالوسطية والاعتدال بما يحقق جودة الحياة وينهض بتنمية المجتمع وكذا الاهتمام بوسائل الإعلام وتهدف برامجها لمعالجة قضايا المجتمع وفق هدى الإسلام وشرعه، ونظمه المتكاملة في بناء الحياة البشرية.

يتضح من خلال الدراسات السابقة بالمقارنة بالدراسة الحالية اشتراكهما في تناول جودة الحياة من منظور القرآن الكريم على وجه العموم، واختلافهما في صلب البحث؛ إذ تناولت دراسة باشوية لجودة التعليم، وهو أحد عناصر الدراسة الحالية، بينما تناولت باقي الدراسات مفهوم الجودة ومبادئها في القرآن الكريم والسنة، بينما تناولت الدراسة الحالية جودة الحياة النفسية والجسدية والعلمية والمهنية للفرد المسلم من خلال الآيات القرآنية.

بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم وشواغلهم» (Stanil, 2015, 23)

وقيل: «هي قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية؛ مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية والاستقرار الاقتصادي، وقدرة الفرد على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية» (Longest, 2008, 108)

ويعرفها المالكي بأنها: «هي طبيعة أو خصائص الشيء ودرجة الجودة أو القرب إلى التمام، وتشمل كل جوانب الحياة من وجود الفرد منذ الولادة حتى الموت، وأفضل نوعية للحياة هي تصور الراحة بمصطلحاتها الشاملة، أي متضمنة الصحة والرعاية الشاملة بجوانبها المختلفة وبطريقة مناسبة وسهلة» (المالكي، 2017، ص 294).

ويمكن للباحثة تعريف جودة الحياة بأنها: هي القدرة على تحقيق أفضل متطلبات الحياة بمختلف جوانبها النفسية والجسدية، والعلمية والعملية، بما يحقق للفرد والمجتمع أعلى معايير الحياة، وأجودها في شتى مجالات الحياة.

المبحث الأول: الآيات الدالة على جودة الحياة النفسية

معنى النفسية مأخوذ من لفظ النفس، والنفس عند ابن منظور: هي عين الشيء وكنهه وجوهره (ابن منظور، 1414، ج 6، ص 236).

وقد اهتم العلماء بتعريف النفس اصطلاحاً في الاصطلاح:

النفس: هي الجوهر البخاري اللطيف، الحاصل لقوة الحياة، والحس، والحركة الإدارية، وسميت بالروح الحيوانية (الجرجاني، 1983، ص 242).

وقيل: النفس هي الروح فهما اسمان مرادفان لشيء واحد (رياض، 2008، ص 109).

وقيل: «الجوهر المتعلق بالبدن تعلق التدبير، والتصريف أو الجسم النوراني الخفيف الحي المتحرك النافذ في الأعضاء، الساري فيها، سريران ماء الورد في الورد» (الألوسي، 1415، ج 9، ص 44).

وقد تنوعت الآيات الدالة على جودة الحياة النفسية إلى:

(أ) الوقاية من الأمراض النفسية:

كآليات الداعية إلى الوقاية من الأمراض النفسية.

الأمر بالإيمان بالله تعالى والتوكل عليه: ﴿إِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأَمْرُ كُلُّهُ فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ﴾ [هود: 123]. يعني أن الله تعالى يرجع أمر الخلق كلهم في الدنيا والآخرة إليه وكل ذلك شأنه فإنه مستحق للعبادة وحده لا غيره، فاعبده ولا تشتغل بعبادة غيره وثق به في جميع أمورك فإنه حافظك وكافيك كل شر، وهذه الكلمة جامعة فيدخل فيها تسلية الرسول ﷺ، وتهديد الكفار، والانتقام منهم، كما أنها تدعو إلى عبادة الله تعالى والتوكل عليه؛

كما عرفت بأنها: «المتانة والأداء المتميز للمنتج» (ابن محمد، 2008، ص 31).

وهذان التعريفان تناولوا الجودة من حيث اختصاصها بالمنتجات ولسلع.

كما عرفت الجودة من المنظور الإداري بأنها: «إتقان العمل بحيث يحقق أهدافه بدقة مع السعي للتحسين المستمر» (جامعة طرابلس، 2024)

وعرفت من نفس المنظور بأنها: «المطابقة لمتطلبات ومواصفات معينة قادرة على الوفاء بالمعايير والمتطلبات المتعارف عليها في المؤسسات المماثلة» (جامعة الملك عبد العزيز، د.ت، ص 1).

ثانياً: تعريف الحياة

(أ) تعريف الحياة لغة:

الحياة مشتقة من الفعل حيي، وهي نقيض الموت؛ فالحي من كل شيء نقيض الميت، والجمع أحياء (ابن سيده، 2000، ج 3، ص 395).

(ب) تعريف الحياة اصطلاحاً:

عرفت الحياة اصطلاحاً بتعريفات متعددة منها:

عرفها الراغب الأصفهاني بأنها تطلق على عدة معانٍ منها:

القوة النامية الموجودة في النبات والحيوان، والقوة الحساسة؛ ومنه قوله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِي أَحْيَاهَا لَمُخَيِّمٌ الْمَوْتَى﴾ [فصلت: 39]، ووردت تعبر عن رفع الغم والتنعيم والتلذذ؛ قال تعالى: ﴿وَلَا تُحْسِنَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَالًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ﴾ [آل عمران: 169]، ووردت بمعنى القوة العالمة العاقلة؛ كقوله تعالى: ﴿أَوْ مَن كَانَ مَيِّتًا فَأُحْيَيْنَاهُ﴾ [الأنعام: 122] (الراغب الأصفهاني، 1412، ص 268).

«الحياة تكامل في ذات ما أدناه حياة النبات بالنمو، والاهتزاز مع انغراسه، إلى حياة ما يدب بحركته وحسه إلى غاية حياة الإنسان في تصرفه وتصريفه، إلى ما وراء ذلك من التكامل» (الحرالي، 1997، ص 181).

وقيل: «الحياة كل خروج عن الجمادية من حيث إن معنى الحياة بالحقيقة تكامل الناقص» (الحرالي، 1997، ص 302).

ثالثاً: التعريف المركب لجودة الحياة

الجودة عندما ترتبط بحياة الإنسان فهي تعني حسن توظيف إمكاناته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه ليرتقي بمشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة (الشريف، 2009، ص 15).

ومن تعريفات جودة الحياة:

تعريف منظمة الصحة العالمية بأنها: «إدراك الأفراد لموقفهم في الحياة في سياق نظم الثقافة والقيم التي يعيشون فيها، وفيما يتعلق

التعاطف والمشاركة الوجدانية المتمثلة في قوله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ﴾ [الحجرات: 10]؛ قال ﷺ: (مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ، وَتَرَاحُمِهِمْ، وَتَعَاطُفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى) (مسلم، د. ط، ج4، ص. 1999، ح. 2586).

في هذه الآية والحديث بيان تعظيم حقوق المسلمين وحثهم على التراحم والملاطفة والتكاتف والتعاقد فيما لا يتم فيه (النووي، 1392، ج16، ص. 139).

المودة والإينار الواردة في قوله تعالى في وصف الأنصار ﷺ: ﴿وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصٌ﴾ [الحشر: 9]، أي يؤثرون غيرهم بالمال على أنفسهم ولو كانوا في غاية الاحتياج، والخصاصة هي الفاقة (ابن جزري، 1416، ج2، ص. 360).

قال ابن القيم-رحمه الله-: «الإينار ضد الشح، فإن المؤثر على نفسه تارك لما هو محتاج إليه، والشحيح: حريص على ما ليس بيده، فإذا حصل بيده شيء شح عليه وبخل بإخراجه؛ فالبخل ثمره الشح، والشح يأمر بالبخل، كما قال النبي ﷺ: (إِيَّاكُمْ وَالشَّحَّ، فَإِنَّ الشَّحَّ أَهْلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ، أَمْرُهُمْ بِالْبُخْلِ قَبِيحٌ، وَأَمْرُهُمْ بِالْفَطِيحَةِ قَطَعُوا) (أبو داود، د. ت، ج2، ص. 133، ح. 1698؛ الحاكم، 1990، ج1، ص. 576، ح. 1516؛ ابن القيم، 1996، ج2، ص. 277).

بيان أثر إعراض المجتمع في الحياة النفسية للأفراد؛ قال تعالى واصفاً حال الثلاثة الذين خَلَفُوا عن غزوة تبوك: ﴿وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خَلَفُوا حَتَّىٰ إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوا﴾ [التوبة: 118]، قال كعب بن مالك الأنصاري ﷺ وكان أحد هؤلاء الثلاثة في وصف ما آل إليه حاله نتيجة لقطاعة المجتمع له وصاحبيه: «فَاجْتَنَبْنَا النَّاسَ، وَتَعَيَّرُوا لَنَا حَتَّىٰ تَنَكَّرَتْ فِي نَفْسِي الْأَرْضُ فَمَا هِيَ إِلَّا أَعْرَفُ» (البخاري، 1422، ج6، ص. 3، ح. 4418؛ مسلم، د. ت، ج4، ص. 2120، ح. 2769).

تنمية الجانب الوجداني من خلال تعلم العلوم والآداب والفنون المنضبطة بضوابط المنهج الإسلامي، قال تعالى في بيان أسباب اختيار طالوت ملكاً: ﴿وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾ [البقرة: 247]، فكان أطول رجل من بني إسرائيل يبلغ منكبيه؛ وذلك ليكون أعظم خطراً في القلوب، وأقوى على مقاومة العدو ومكابدة الحروب (ابن عجيبة، 1419، ج، ص. 247).

وقال ﷺ في الثناء على العلماء، وبيان مكانتهم: ﴿يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ﴾ [المجادلة: 11] يرفع الله الذين أوتوا العلم من أهل الإيمان على المؤمنين، الذين لم يؤتوا العلم بفضلهم درجات (الطبري، 2000، ج23، ص. 246).

وكما تؤكد على أنه ﷺ كافٍ من توكل عليه وأتاب إليه (الخانز، 1415، ج2، ص. 509؛ الطيبي، 2013، ج8، ص. 235؛ ابن كثير، 1999، ج4، ص. 364).

الدعوة إلى شكر الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ﴾ [لقمان: 12]. أي: من شكر نعم الله عليه فإنما يشكر لنفسه؛ لأنه يزيد لنفسه نعم الله تعالى، وبذلك فإنه يؤدي ما عليه من الشكر، ويكتب له الأجر الجزيل؛ ولذا فبالشكر يعمل لنفسه وينفعها (القيسي، 2008، ج9، ص. 5721-5722).

الثناء على الله تعالى: ﴿قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّن تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ يَبْدَأُ الْحَيَاةَ إِنَّا عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ (26) تُولِجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَتُولِجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَتُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَمَاتِ وَتُخْرِجُ الْمَمَاتِ مِنَ الْحَيِّ وَتُزَيِّقُ مَنْ تَشَاءُ بِعَجْرِ حَسَابٍ﴾ [آل عمران: 26-27] في هذه تعليم الخلق كيفية الثناء على الحق، بأن يصفوه بما يستحقه من جلال القدر (القشيري، د. ت، ص. 230).

فقد وجهت الآية الكريمة إلى التوكل إلى الله تعالى وشكوه، والثناء عليه، مبينة أنهما أهم أسباب الوقاية من أمراض النفس وعللها.

ب) البعد عن أسباب الاضطرابات النفسية:

التحذير من الإضلال قال تعالى: ﴿مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا﴾ [الإسراء: 15]، أي من استقام على طريق الحق فليس ينفع إلا نفسه؛ لأنه يوجب لها رضوان الله ﷻ ودخول جنته. ومن جار عن الحق فليس يضر إلا نفسه؛ لأنه يوجب لها غضب الله ﷻ ودخول النار (القيسي، 2008، ج6، ص. 4161).

الإعراض عن ذكر الله تعالى والبعد عن الحق، قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا﴾ [طه: 124]. لا يعرض أحد عن ذكر ربه إلا أظلم عليه وقته، وتشوش عليه رزقه، والضنك: النكد الشاق من العيش، أو المنازل، أو مواطن الحرب، وهو وعيد لمن أعرض عن ذكر الله تعالى (السلمي، 2001، ص. 453؛ ابن عطية، 1422، ج4، ص. 68).

ارتكاب المعاصي ﴿وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَىٰ نَفْسِهِ﴾ [النساء: 111] أي إنما يعود وبال كسبه عليه؛ والكسب عبارة عما يفيد جر منفعة أو دفع مضرة، فكأنه تعالى يقول: يا أيها الإنسان إن الذنب الذي ترتكبه إنما تعود مضرتك عليك؛ فإنه لا يبغي أحد عن أحد شيئاً وإنما على كل نفس ما عملت لا يحمل عنها ما اقترفت من الآثام غيرها (الخانز، 1415، ج1، ص. 425؛ ابن كثير، 1999، ج2، ص. 410).

ج) رفع مستوى الأمن النفسي وتقدير الذات:

ويتمثل في جملة من الآيات التي دعت إلى الآداب العامة وأحكام المعاملات بين الناس، ومن أبرزها:

واطمئنانه، وقد جاءت العديد من الآيات القرآنية، والكثير من الأحاديث النبوية تدل على تلك الآثار، وعلى أن تقوى الله ﷻ والأعمال الصالحة يترتب عليها سعادة الدنيا وسعادة الآخرة» (العباد، 2002، ص.11).

وعباداة الذكر على رأس العبادات التي لها أثر واضح في جودة الحياة النفسية؛ حيث راحة النفس وطمأنينة القلب؛ قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28]؛ قال السعدي-رحمه الله-: «يزول قلقها واضطرابها، وتحضرها أفرحها ولذاتها، ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28] أي: حقيق بها وحرى ألا تطمئن لشيء سوى ذكره، فإنه لا شيء ألد للقلوب ولا أشهى ولا أحلى من محبة خالقها، والأنس به ومعرفته» (السعدي، 2000، ص.417).

وعباداة الصلاة لها أثر بالغ في جودة الحياة النفسية؛ فهي تزكي النفس وترتقي بها روحياً، وتمنعها من الملح والجزع، قال تعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ﴾ [الأنعام: 19] إذا مسه الشر جزوعاً (20) وإذا مسه الخير منوعاً (21) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (22) الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿[المعارج: 19-23].

واقامة الصلاة سبب للفوز والفلاح، قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ (1) الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ [المؤمنون: 1-2].

والصلاة سبب قوي لسكينة واطمئنان قلب الإنسان، وقد كان النبي ﷺ يتصف بهذا الدعاء؛ فكان ﷺ إذا حزبه أمر يقول لبلال (يا بلال أقم الصلاة أرحمنا بها) (أبو داود، د.ت، ج.4، ص.296، ح.4985).

وقال ﷺ: ﴿وَجَعَلْتُ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ﴾ (أحمد، 2001، ج.21، ص.423، ح.14037).

والصلاة عمود الدين، وهي الصلة بين العبد وربيه، من أقامها وأخلصها لله تعالى ضمن جودة الحياة النفسية بلا ريب.

عبادة تلاوة وتدبر القرآن الكريم من أهم العبادات وأكثرها أثراً في طمأنينة النفس والقلب والشعور بالأمن والسعادة؛ قال تعالى: ﴿وَإِذَا مَا أَنْزَلْنَا سُورَةً فَمِنْتَهُمْ مَنْ يَقُولُ بَلْآئِنَّا هَذِهِ آيَاتُ اللَّهِ وَإِنَّا لَكَاذِبُونَ﴾ [التوبة: 124]؛ «فأخبر سبحانه أنهم يستبشرون بما أنزل من القرآن والاستبشار هو الفرح والسرور؛ وذلك لما يجدونه في قلوبهم من الخلاوة واللذة والبهجة بما أنزل الله» (ابن تيمية، 1995، ج.10، ص.648).

وهذه هي جودة الحياة النفسية في أوضح صورها.

وعباداة الصدقة جعلها الله تعالى طاردة للخوف والحزن من قلب الإنسان، ومعلوم أن الخوف والحزن هما أصلاً الأمراض النفسية التي يعاني منها كثير من الناس اليوم؛ قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُم بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ سِرًّا وَعَلَانِيَةً فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ

تغذية النفس بالقيم الجمالية بالنظر إلى زينة السماء بما فيها من نجوم وكواكب لمعرفة قدرة الله تعالى، وبديع صنعه المتقن، والاستمتاع بالنظر بما فيها من إبداع وجمال قال تعالى: ﴿أَقَلَّمُ يَنْظُرُوا إِلَى السَّمَاءِ فَوْقَهُمْ كَيْفَ بَنَيْنَاهَا وَزَيَّنَّاهَا وَمَا لَهَا مِنْ فُرُوجٍ (6) وَالْأَرْضِ مَدَدْنَاهَا وَأَلْقَيْنَا فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ (7) تَبَصَّرَةٌ وَدُكْرَى لِكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ﴾ [ق: 6-7]، وقال ﷻ: ﴿وَلَقَدْ جَعَلْنَا فِي السَّمَاءِ بُرُوجًا وَزَيَّنَّاهَا لِلنَّاطِرِينَ﴾ [الحجر: 16].

والإيمان إذا خالط القلب أكسبه سعادة وسوراً يقول ابن تيمية-رحمه الله-: «فالإيمان إذا باشر القلب وخالطته بشاشته لا يسخطه القلب بل يجبه ويرضاه فإن له من الخلاوة في القلب واللذة والسرور والبهجة ما لا يمكن التعبير عنه لمن لم يذقه» (ابن تيمية، 1995، ج.10، ص.648).

مقومات جودة الحياة النفسية:

أولاً: تحقيق التوحيد:

قال تعالى: ﴿وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا ۗ يَعْبُدُونَنِي لَا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئًا ۗ وَمَنْ كَفَرَ بَعْدَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ﴾ [النور: 55].

وقال ﷻ: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً﴾ [النحل: 97].

وقال ﷻ: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَرْتَدَّوْا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ﴾ [الفتح: 4]؛ فالأمن بعد الخوف والحياة الطيبة ونزول السكينة-كما ورد في الآيات السابقة-تعكس ما يحصل للجانب النفسي نتيجة لحصول الإيمان؛ قال البغوي-رحمه الله-: «الطمأنينة والوقار في قلوب المؤمنين لئلا تنزع نفوسهم لما يرد عليهم» (البغوي، 1997، ج.7، ص.298).

تضمنت الآيات الوعد بما يحقق حياة جيدة مفعمة بالسعادة، محاطة بالطمأنينة؛ لوجود السبب الأساسي وهو الإيمان بالله تعالى فيدرك الإنسان المؤمن بالله ما يجري من أقدر في الكون فيؤمن بأن ما أصابه لم يكن ليخطئه، وأن ما أخطأه لم يكن ليصيبه؛ فتطمئن نفسه، ويطرد عن نفسه القلق والوسواس التي تؤثر سلباً على نفسيته، وينعكس تأثر ذلك إيجابياً على نفسه، مما يحسن جودة الحياة النفسية لديه؛ قال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا ۗ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (22) لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾ [الحديد: 22].

ثانياً: المداومة على العبادة:

إن المداومة على العبادات والطاعات لها أثر عظيم في جودة الحياة النفسية للإنسان، «ومن الآثار المترتبة على العبادات انشراح الصدر، وراحة البال، وسعة الرزق، وسلامة الإنسان وارتياحه،

رابعاً: مراعاة مشاعر الآخرين:

من مقومات جودة الحياة النفسية في الإسلام مراعاة عواطف ومشاعر الغير؛ قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ [آل عمران: 134]؛ لذا فإن الإسلام يستمد مبدأ ضبط النفس في التعامل مع الآخرين، ومعنى الآية: الكافين غضبهم الذين يحبسونه في أجوافهم، ويصبرون فلا يُظهرونه، مع قدرتهم على إمضائه؛ معنى الكظم: حبس الشيء عند امتلائه وكظم الغيظ أن يمتلئ غيظاً فيره في جوفه ولا يظهره، وهو من أقسام الصبر والحلم (الواحدى، 1430، ج، ص. 599؛ والبغوي، 1997، ج2، ص. 105).

قال رسول الله ﷺ: (مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ يَسْتَطِيعُ أَنْ يُنْفِذَهُ دَعَا اللَّهَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَلَى رُؤُوسِ الْخَلَائِقِ حَتَّى يُخَيَّرَهُ فِي أَيِّ الْحُورِ شَاءَ) (الترمذي، 1975، ج4، ص. 372، ح2021).

ومخالطة الناس والصبر على أذاهم خير من عزلتهم وعدم الصبر على أذيتهم؛ قال ﷺ: (المسلم إذا كان يُخالط الناس ويصبر على أذاهم خير من المسلم الذي لا يُخالط الناس ولا يصبر على أذاهم) (الترمذي، 1975، ج4، ص. 662، ح2507).

وقد أوصى النبي ﷺ على الأعمال التي من شأنها إشاعة المشاعر الإيجابية بين الناس؛ فقال ﷺ: (أَحَبُّ النَّاسِ إِلَى اللَّهِ أَنْتَعَهُمُ لِلنَّاسِ، وَأَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ سُورُورٌ تُدْخِلُهُ عَلَى مُسْلِمٍ، أَوْ تَكْتَسِفُ عَنْهُ كُرْبَةٌ، أَوْ تَقْضِي عَنْهُ دَيْنًا، أَوْ تُطْرَدُ عَنْهُ جُوعًا، وَلَأَنْ أَمْسَيْتُ مَعَ أَحٍ لِي فِي حَاجَةٍ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَنْ أَعْتَكِفَ فِي هَذَا الْمَسْجِدِ، يَعْنِي مَسْجِدَ الْمَدِينَةِ، شَهْرًا، وَمَنْ كَفَّ غَضَبَهُ سَتَرَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ، وَمَنْ كَظَمَ غَيْظَهُ، وَلَوْ شَاءَ أَنْ يُمِضِيَهُ أَفْضَاهُ، مَلَأَ اللَّهُ رِجْلَكَ قَلْبُهُ أَمْنًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ مَشَى مَعَ أَخِيهِ فِي حَاجَةٍ حَتَّى أَتَيْتَهَا لَهُ أَتَيْتَ اللَّهُ رِجْلَكَ قَدَمَهُ عَلَى الصِّرَاطِ يَوْمَ تَرَلُّ فِيهِ الْأَقْدَامُ) (الطبراني، دت، ج6، ص. 139، ح6026).

والإسلام يلجأ إلى «تقوية الجانب النفسي في حياة المسلمين من خلال التعبير عن المشاعر الإيجابية تجاه الآخرين، كما في قصة الرجل مع موسى ﷺ: يَا مُوسَى إِنَّ الْمَلَأَ يَأْتَمِرُونَ بِكَ لِيُقْتَلُوكَ فَاحْرُجْ إِلَيَّ لَكَ مِنَ النَّاصِحِينَ» [القصص: 20].

ومراعاة حاجة الناس النفسية لأبداء الرأي؛ قال تعالى: ﴿وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ﴾ [آل عمران: 159].

وقد راعى الإسلام هذا الجانب من خلال العناية بحقوق الإنسان؛ وهذا مما يحقق جودة الحياة النفسية للفرد.

وهذه المقومات: الإيمان بالله تعالى، وأداء العبادات، والرضا، ومراعاة شعور الآخرين، والعمل على التكيف مع الحياة، والتغلب على كثير من صعوبات الحياة، والتغلب على أمراض العصر من اكتئاب وقلق وتوتر، يحقق التوافق مع النفس، ومع الآخرين، وهذه قيمة جودة الحياة النفسية.

وَلَا حَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [البقرة: 274]؛ فالصدقة من الأعمال الصالحة التي تجلب للنفس السعادة وتبعد عنها الضيق والاكتئاب.

وهذه النماذج من العبادات كافية في إيضاح أهمية العبادة لصحة النفسية للإنسان؛ بما يحقق جودة الحياة النفسية له.

ثالثاً: رضا النفس بالواقع والتفاؤل بالمستقبل:

الدين الإسلامي يدعو إلى الرضا والقناعة كأساس مهم لإقامة حياة جيدة مطمئنة ليصل الإنسان المسلم إلى السعادة؛ كالبشارة، والبشاشة، وحسن الظن، وينهى عن التطير والتنفير والوسوسة والتشاؤم وسوء الظن.

قال تعالى: ﴿كَيْبَلًا تَأْسُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ [الحديد: 23]، وقال تعالى مخاطباً نبيه موسى ﷺ: ﴿فَخُذْ مَا آتَيْتُكَ وَكُن مِّنَ الشَّاكِرِينَ﴾ [الأعراف: 144].

إن التكيف مع الانفعالات من خلال الالتزام بالضوابط الشرعية من دواعي اطمئنان النفوس؛ قال رسول الله ﷺ: (لَا عُدْوَى وَلَا طَيْبَةَ، وَيُعْجِبُنِي الْقَائِلُ الصَّالِحُ: الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ) (البخاري، 1422، ج7، ص. 135، ح5756؛ مسلم، دت، ج4، ص. 1746، ح2224).

والنفس بالكف عمًا يؤذيها في ظل أهداف سامية للمرء، أهما مصلحة الدين؛ قال ﷺ: ﴿قَدْ تَعَلَّمَ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يُعْمَلُونَ فَإِنَّهُمْ لَا يَكْذِبُونَكَ وَلَكِنَّ الظَّالِمِينَ بآيَاتِ اللَّهِ يَخْتَدُونَ﴾ (33) وَلَقَدْ كَذَّبْتَ رَسُولٌ مِّن قَبْلِكَ فَصَبْرُوا عَلَىٰ مَا كُذِّبُوا وَأُودُوا حَتَّىٰ أَنَاهُمْ نَصْرُنًا وَلَا مُبَدِّلَ لِكَلِمَاتِ اللَّهِ﴾ [الأنعام: 33-34]، وهذا فيه تمام الرضا والتسليم مع السعي للتغيير للأفضل، والابتعاد عن الحزن وأسبابه.

ومما يعين على تحقيق جودة الحياة النفسية تعويد النفس على البشارة، وهي من التفاؤل؛ ففي قصة يوسف ﷺ يظهر تفاؤل يعقوب ﷺ في قوله: ﴿عَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَنِي بِمِمْ جَمِيعًا﴾ [يوسف: 83].

ومما يحقق الراحة النفسية الإحسان إلى الناس؛ وإدخال السرور والبهجة عليهم، والتغلب على نزعة الانتقام بالعمى وكظم الغيظ الذي يقضي على التنافر؛ قال تعالى: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت: 34]؛ فالذي يحسن للناس يجد الراحة النفسية، ويشعر بالسعادة؛ قال ابن القيم -رحمه الله-: «الكريم المحسن أشرح الناس صدرًا، وأطيبهم نفسًا، وأنعمهم قلبًا» (ابن القيم، 1994، ج2، ص. 24).

وفي هذا قمة تحقيق جودة الحياة النفسية إذا وصل المرء إلى هذه المرحلة.

المبحث الثاني: الآيات الدالة على جودة الحياة الجسمية

الجسم في اللغة: مشتق من الفعل جَسَمَ ويجمع البدَنَ وجميع أعضائه من الإنسان والحيوان ونحوهما مما عَظُمَ من الخلق الجسيم (الأزهري، 2001، ج10، ص316).

والجسم: السجد، والبدن (الجوهري، 1987، ج5، ص1887).

وفي الاصطلاح: «ما له طول وعرض وعمق، ولا تخرج أجزاء الجسم عن كونها أجساماً وإن قطع وجُزِّء» (المنائوي، 1990، ص126).

وردت لفظة الجسم في القرآن الكريم في سياق الحديث عن طالوت؛ قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾ [البقرة: 247]، كما وردت في سياق الحديث عن المنافقين قال تعالى في وصفهم: ﴿إِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ﴾ [المنافقون: 4].

كما ورد الجسم في القرآن الكريم بلفظ الجسد والبدن ويقصد بهما في العموم جسم الإنسان، ومتى أُطلق أحدهما فإنه يدل على الآخر عموماً ما لم يكن هناك ما يوجب التحديد والتخصيص؛ والفرق بينهما أنَّ لفظ الجسم يطلق على كيان الإنسان الذي فيه الروح، أمَّا قبل نفخ الروح وبعد مغادرتها فيقال له الجسد (الشهري، 2000، ص28).

ولا شك أنَّ جودة الحياة الجسمية أحد الأبعاد الرئيسة لجودة الحياة، وقد دعا الإسلام إلى الاهتمام بالجسم، والحفاظ عليه، وتنميته؛ ليقوم بهما في أمور الدين والدنيا؛ من القيام بالعبودية وإعمار الأرض.

ومن الجوانب التي اهتم بها القرآن الكريم لتحقيق جودة الحياة من الناحية الجسمية.

منع الاعتداء على جسم الإنسان والإضرار به:

جاء الإسلام بالتحذير من الاعتداء على جسم الإنسان بأي شكل من الأشكال بل دعا إلى ضرورة الحرص على سلامته فشرع العقوبات الزاجرة في شأن الاعتداء على جسم الإنسان، وتشنت هذه العقوبات بقدر الضرر الحاصل له؛ فالقتل يوجب القصاص؛ قال تعالى: ﴿كَتَبَ عَلَيْكُمُ الْقَصَاصُ فِي الْقَتْلِ﴾ [البقرة: 178].

والاعتداء على الجوارح أوجب له عقوبة مماثلة؛ قال تعالى: ﴿وَكَتَبْنَا عَلَيْهِمْ فِيهَا أَنَّ النَّفْسَ بِالنَّفْسِ وَالْعَيْنَ بِالْعَيْنِ وَالْأَنْفَ بِالْأَنْفِ وَالْأُذُنَ بِالْأُذُنِ وَالسِّنَّ بِالسِّنِّ وَالْجُرُوحَ قِصَاصًا﴾ [المائدة: 45].

كما حرم عليه كل مما شأنه الإضرار بالجسم، فحرم الخمر؛ قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (90) إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ

فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ﴾ [المائدة: 90-91]، ومن أهم هذه الأضرار التي تصيب الجسم البشري نتيجة شرب الخمر: تلك التي تصيب الجهاز الهضمي عامة والكبد خاصة، وتلك التي تصيب الكليتين، وأخرى تصيب الجهاز العصبي، كما أن الجهاز الدموي هو أيضاً يتعرض لبعض الأضرار، وأضرار أخرى تصيب غدة البروستاتا (خلافي، 2020، ص571-573).

كما حرم أكل لحم الخنزير؛ قال تعالى: ﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَحَلْمَ الْخِنْزِيرِ﴾ [البقرة: 153]، وقال تعالى: ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَحَلْمُ الْخِنْزِيرِ﴾ [المائدة: 5]، وقد أثبتت الدراسات العلمية وجود أضرار كثيرة من أكل لحم الخنزير منها: أنَّ لحم الخنزير لحم دهني يفرز الدهون مباشرة التي ترتبط بالكولسترول، والذي يُسبب ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين والجلطات القلبية، كما أثبتت الدراسات تسبب لحم الخنزير في تلف النسيج والغضاريف والعمود الفقري، كما أنه يحتوي عوامل تُسبب التهابات عديدة وتورم في الأنسجة، إضافة إلى أنه يحتوي على الهستامين الذي يُسبب أمراضاً مثل: التهاب الزائدة الدودية، واضطرابات مرارية، وخراجات، والأمراض الجلدية، وغيرها من الأمراض (ميد، 2001، ص12).

الأمر بالاهتمام بالجسم:

خلق الله تعالى الإنسان في أحسن هيئة، وأجمل خلقة؛ قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ [النين: 4] أي: أعدل قامة وأحسن صورة؛ معتدلاً منتصب القامة؛ بينما خلق كل حيوان منكباً على وجهه، مزيناً بالعقل والتميز (الطبري، 2000، ج24، ص507؛ البغوي، 1997، ج8، ص472).

والإنسان مؤتمن على هذا الجسم-الجسد-مأمور بالمحافظة عليه؛ بتغذيته بالحلال؛ فوصف النبي ﷺ بأنه: ﴿وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾ [الأعراف: 157]، وحينما سألوا عما يحل لهم أكله من الطعام أجابهم ﷺ بقوله: ﴿قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَمَا عَلَّمْتُم مِّنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تُعَلِّمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللَّهُ فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكَنَّ عَلَيْكُمْ وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ، إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ (4) الْيَوْمَ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حَلَلٌ لَّكُمْ وَطَعَامُكُمْ حَلَلٌ لَهُمْ﴾ [المائدة: 4-5].

وحرم عليهم تغذية أجسامهم بكل نجس، وكل مستقذر؛ فقال تعالى: ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَحَلْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ﴾ [المائدة: 3].

كما أمر بتعهد الجسد بالنظافة والطهارة؛ قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ النَّوَافِلَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ [البقرة: 222]، أي أنَّ من داوم على تطهير جسمه من الأدران والأوساخ والأنجاس مستوجب محبة الله تعالى، وفيه الحث على العناية بنظافة الجسم مما يعلق به من الأوساخ وغيرها (السمرقندي، د.ت، ج2، ص88).

المبحث الثالث: الآيات الدالة على جودة الحياة العلمية

يسعى الإنسان لتحقيق الحياة العلمية للفرد المسلم من خلال الحث على التعليم والتطوير والتحسين للوصول إلى مستوى جيد من الرضا؛ فالعلم له قيمة بالغة وأثر بيّن في حياة الإنسان.

والحياة العلمية للفرد المسلم تتضمن جانبين؛ جانب يتناول عملية طلب العلم؛ وهو المعروف بالتعلم، والجانب الثاني يتناول تعليم العلم، المشار إليه بعملية التعليم، وهذان الجانبان مترابطان؛ فالمسلم يتعلم ويعلم؛ وقد رغب الإسلام في السعي لطلب العلم وحث عليه من عدة أمور:

إخلاص نية التعلم والتعليم لله تعالى:

النية في الإسلام أساس كل عمل؛ قال ﷺ: (إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا تَوَى) (البخاري، 1422، ج1، ص.6، ح1؛ مسلم، دت، ج3، ص.1515، ح1907).

وقد بين الله تعالى أنّ ثمة مكانة ومنزلة رفيعة لأهل العلم تعلق بهم عن غيرهم ممن لم يحز حظاً من العلم؛ فقال تعالى: ﴿يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ﴾ [المجادلة: 11] أي ليرغبهم في العلم فإنّه ﷻ يرفع المؤمن العالم فوق المؤمن غير العالم درجات، وهذا الرفع يحتل وجهين؛ أحدهما: أن يكون وصفاً لمكانتهم في الآخرة، الثاني: أن يكون أمراً برفعهم في المجالس في الدنيا لترتيب الناس فيها بحسب فضائلهم في الدين والعلم (الثعلبي، 2002، ج9، ص.260؛ الماوردى، ج5، ص.493).

وكلما زاد المسلم علماً بنية خالصة لله تعالى زاد معرفته بالله تعالى وخشيته له وتواضعاً لخلقته؛ وبالتالي تزيد منزلته وترتفع مكانته عند الله تعالى، قال ﷺ: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ [فاطر: 28]، وقد وصف الله ﷻ العلماء في كتابه الكريم بخمس مناقب هي: الإيمان به ﷻ؛ فقال: ﴿وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ يَقُولُونَ آمَنَّا بِهِ كُلٌّ مِنْ عِنْدِ رَبِّنَا﴾ [آل عمران: 7]، الثانية: توحيد الله ﷻ قال ﷻ: ﴿شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَانِئًا بِالْقَسْطِ﴾ [آل عمران: 18]، الثالثة: الخشية والخوف منه ﷻ؛ فقال: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ [فاطر: 28]، الرابعة والخامسة: البكاء والخشوع قال تعالى: ﴿قُلْ آمَنُوا بِهِ أَوْ لَا تُؤْمِنُوا إِنَّ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ مِنْ قَبْلِهِ إِذَا يُتْلَى عَلَيْهِمْ يَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ سُجَّدًا (107) وَيَقُولُونَ سُبْحَانَ رَبِّنَا إِنْ كَانَ وَعْدُ رَبِّنَا لَمَفْعُولًا (108) وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَسْكُونُونَ وَيَرْيَدُهُمْ خُشُوعًا﴾ [الإسراء: 107-109].

والإسلام سبق غيره من الأنظمة في الاهتمام بإتقان عملية التعلم والتعليم؛ بهدف وصول الفرد والمجتمع إلى الحياة الكريمة والعيش الرغد الطيب؛ وذلك من خلال الدعوة إلى التفقه في الدين؛ قال تعال: ﴿وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً، فَلَوْلَا تَفَرُّ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ﴾ [التوبة: 122]، أي: ليتكفوا

تَقِيكُمْ بِأَسْكَكُمْ﴾ كالدرّوع من الحديد المصقّح وغير ذلك، ﴿كَذَلِكَ يُبَيِّنُ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ﴾ أي: هكذا يجعل لكم ما تستعينون به على أمركم، وما تحتاجون إليه، ليكون عوناً لكم على طاعته وعبادته» (ابن كثير، 1999، ج4، ص.591).

وقال السعدي-رحمه الله-: «﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا﴾ أي: من مخلوقاته التي لا صنعة لكم فيها، ﴿ظِلَالًا﴾؛ وذلك كأظلة الأشجار والجبال والأكام ونحوها، ﴿وَجَعَلَ لَكُمْ مِّنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا﴾ أي: مغارات تكنكم من الحر والبرد والأمطار والأعداء، ﴿سَرَابِيلٌ﴾ أي: ألبيسة وثيابا ﴿تَقِيكُمْ الْحَرَّ﴾ ولم يذكر الله البرد؛ لأنّه قد تقدم أنّ هذه السورة أولها في أصول النعم وآخرها في مكملاتها ومتمماتها، ووقاية البرد من أصول النعم فإنه من الضرورة، وقد ذكره في أولها في قوله: ﴿لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ﴾ [الأعراف: 6]، ﴿وَسَرَابِيلٌ تَقِيكُمْ بِأَسْكَكُمْ﴾ أي: وثيابا تقيكم وقت البأس والحرب من السلاح، وذلك كالدرّوع والزرذ ونحوها، ﴿كَذَلِكَ يُبَيِّنُ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ﴾ حيث أسبغ عليكم من نعمه ما لا يدخل تحت الحصر ﴿لَعَلَّكُمْ﴾ إذا ذكرت نعمة الله ورأيتموها غامرة لكم من كل وجه» (السعدي، 2000، ص.445).

ولا شك أنّ الدور واللباس مما يعين على توفير جودة الحياة الجسدية التي لا غنى للإنسان عنها؛ ولأهميتها جعلها الله تعالى ممن نعيم أهل الجنة؛ فوصف من دخلها بأنّه لا يجوع ولا يعطش ولا يعرى؛ فقال تعالى: ﴿يَا آدَمُ إِنَّ هَذَا عَدُوٌّ لَّكَ وَزَوْجُكَ فَلَا تَخْرُجَنَّكُمَا مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقَى (117) إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَا وَلَا تَعْرَى (118) وَأَنَّكَ لَا تَظْمَأُ فِيهَا وَلَا تَصْحَى﴾ [طه: 117-118].

والإنسان مأمور بالتجمل والأخذ بالزينة لا سيما في الأماكن العامة كدور العبادة؛ ونحوها قال تعالى: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ﴾ [الأعراف: 31]، قال السعدي: «ويحتل أن المراد بالزينة هنا ما فوق ذلك من اللباس النظيف الحسن، ففي هذا الأمر بستر العورة في الصلاة، وباستعمال التجمل فيها ونظافة السترة من الأدناس والأنجاس» (السعدي، 2000، ص.287).

وقال الشنقيطي-رحمه الله-: «وتلك الزينة هي ما خلق الله لهم من اللباس الحسن» (الشنقيطي، 1995، ج2، ص.420).

وقال ﷻ: ﴿قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ﴾ [الأعراف: 32]، والزينة تشمل اللباس وسائر ما يُتجمل به التي يستخرجها الإنسان من النبات كالقطن والحيوان كالصوف والحريز والمعادن السيوف والحناجر، وغيرها مما يُتخذ زينة للرجال، والحلي التي تتخذ زينة للنساء (القاسمي، 1418، ج5، ص.46).

ولا شك أنّ هذه النعم بما فيها من فوائد الوقاية من الآفات فهي من مظاهر الرفاهية والنعيم، وهذا مما يحقق جودة الحياة الجسدية.

وكفى بهذا شرفاً للعلم أن يأمر به ﷺ أن يسأله المزيد منه (ابن القيم، د.ت، ج1، ص.50).

ولذا فقد كان من دعاء النبي ﷺ: (اللَّهُمَّ انْفَعْنِي بِمَا عَلَّمْتَنِي، وَعَلِّمْنِي مَا يَنْفَعُنِي، وَزِدْنِي عِلْمًا) (ابن ماجه، د.ت، ج1، ص.92، ح.251).

ولا شك أن العلم مؤثر في جودة الحياة؛ لذا عدّه ابن تيمية - رحمه الله - أساس الحياة الرشيدة الفاضلة، والعمل به هو الذي يقيم الحياة، ويمنحها البقاء والاستمرار، وأمّا الجهل فهو أساس الضلال الذي هو العمل بغير علم، وطريق الغي الذي هو اتباع الهوى (ابن تيمية، 1995، ج15، ص.245).

والاستزادة من العلم هي وصية الأولين للآخرين؛ قال عبد الملك بن مروان - رحمه الله - لابنيه: «تعلموا العلم فإن كنتم سادة فقتم وإن كنتم وسطا سدمت وإن كنتم سوقة عشتم» (الماوردي، 1986، ص.35).

وقد ورد أن أبا الدرداء ؓ قال: «يرزق الله العلم السعداء، ويحرمه الأشقياء» (ابن عبد البر، 1994، ص.120).

ولا شك أن جودة الحياة العلمية في استمرار في طلب العلم مع الهمة والإرادة القوية في تحصيله؛ هو مفتاح من مفاتيح السعادة، وطريق للفلاح قال ابن القيم - رحمه الله -: «فحق على من كان في سعادة نفسه ساعياً، وكان قلبه حياً عن الله وأعياناً، أن يجعل على هذين الأصلين مدار أقواله وأعماله» (ابن القيم، د.ت، ج1، ص.126).

ومن أهم أسباب استمرارية العلم تعليمه للآخرين؛ لما في ذلك من النفع ونشر الخير، وإصلاح الناس وإرشادهم، وتربيتهم، وقد حذر الله تعالى من كتم العلم؛ فقال تعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ اللَّهُ مِيثَاقَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ لَتُبَيِّنُنَّهُ لِلنَّاسِ وَلَا تَكْتُمُونَهُ فَنَبَذُوهُ وَرَاءَ ظُهُورِهِمْ وَأَشْرَتُوا بِهِ ثَمَنًا قَلِيلًا فَبُئِسَ مَا يَشْرُونَ﴾ [آل عمران: 187]، قال بعض المفسرين: الآية في اليهود والنصارى، وقال الجمهور: الآية عامة في كل من علمه الله علماً، ويدخل فيهم علماء هذه الأمة؛ لأنّ الكتاب هنا اسم جنس، يشمل جميع ما يصدق عليه لفظه، (ابن عطية، 1422، ج1، ص.551؛ القرطبي، 1964، ج4، ص.304).

واستدل القائلون بأنها عامة بقوله ﷺ: (مَنْ كَتَمَ عِلْمًا يَعْلَمُهُ، جَاءَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مُلْجَمًا بِلِجَامٍ مِنْ نَارٍ) (أحمد، 2001، ج16، ص.351، ح.10597).

وتعليم العلم وظيفة الأنبياء، ولا أشرف من الأخذ بوظيفة الأنبياء؛ وقد بين النبي ﷺ على فضل تعليم العلم، ورغب مبيّناً أن العمل المتعدي خيرٌ من اللازم الذي يقتصر أثره إلى صاحبه؛ فقال ﷺ: (إِذَا مَاتَ الْإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثٍ: صَدَقَةٌ جَارِيَةٌ، وَعِلْمٌ يُنْتَفَعُ بِهِ، وَوَلَدٌ صَالِحٌ يَدْعُو لَهُ) (الترمذي، 1975، ج3، ص.652، ح.1376).

الفقاهة فيه ويتجشمو مشاق تحصيلها، وليجعلوا غاية سعيهم ومعظم غرضهم من الفقاهة إرشاد القوم وإنذارهم؛ وفيه دليل على أنّ التعلم والتعليم من فروض الكفاية، وأنه ينبغي أن يكون غرض المتعلم فيه أن يستقيم ويطيب، لا أن يكون غرضه الترفع على الناس والتكبر عليهم، والتبسط في البلاد والتنزه فيها (البيضاوي، 1418، ج3، ص.102).

وهذه الآية «جمعت مطلبي التعلم والتعليم؛ فكان من خصائص هذه الشريعة تنويع الأفاق الفكرية، بتثقيف العقل البشري، والحض على طلب العلم، بل جعله فريضة بلغت الأمة الإسلامية درجة من الحضارة العلمية لم يبلغها آنذاك أمة غيرها» (النحلاوي، 2003، ص.63).

وإخلاص النية لله تعالى في سائر العبادات ومنها طلب العلم أمر عظيم، وشرط لقبول العمل؛ ولذلك فإنّ تحقيق الإخلاص لله تعالى من أهم ما يجب على طالب العلم العناية به، والتحرّز مما يقدح فيه، وهو أمر يسير على من يسره الله له، والاتجاء إلى الله تعالى وتعظيمه وإجلاله هو الطريق الميسرة لذلك، كما أنّ صدق الرغبة في فضل الله وإحسانه، والخوف من غضبه وعقابه من الأمور المهمة لطالب العلم، وكما أنّ عليه جعل الآخرة أكبر همّه وغاية مراده؛ إذ إنّ فساد النية لا يكون إلا بسبب تعظيم الدنيا وإيثارها على الآخرة؛ ومن الأمور التي عليه الحذر منها الرغبة في مدح الناس وثنائهم عليه؛ فإنّ ذلك من ضعف اليقين؛ فإنّ من يتيقن أنّ الله تعالى يراه ويحصى عمله لم يلتفت إلى ثناء الناس ومدحهم وطلب إعجابهم، بل يكون همّه إحسان العمل وإتقانه إرضاء لله تعالى، وتقرباً إليه، وطلباً لنوابه؛ وقد بين الله ﷻ أنّ على المسلم التوكل على عليه ﷻ وإخلاص العمل له فقال ﷺ: ﴿وَتَوَكَّلْ عَلَى الْعَزِيزِ الرَّحِيمِ (217) الَّذِي يَرَاكَ حِينَ تَقُومُ (218) وَتَقَلِّبُ فِي السَّاجِدِينَ﴾ [الشعراء: 217-220] وبهذا العمل فإن العبد يستغني بمراقبة ربه ﷻ له ومتى حصل هذا اليقين للعبد اضمحلت عنه دواعي الرياء والسمعة وتلاشت، وحل محلها الإخلاص والإحسان؛ وهما من أجلى العبادات وأعلاها.

الاستمرارية في طلب العلم:

المعرفة لا حدود لها، ولا يمكن لإنسان أن يتوصل إلى نهايتها، فهي عملية مستمرة تتراكم وتزداد بمرور الزمن؛ لذا حث الإسلام على الاستمرار في طلب العلم؛ فقال تعالى موصياً نبيه ﷺ: ﴿وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾ [طه: 114]، والمعنى زدي بالقرآن ومعانيه علماً إلى ما علمت؛ فإنّ لك في كل شيء علماً وحكمة؛ وفيه التواضع والشكر لله لما علّم ﷻ من ترتيب التعلم؛ أي يا رب علمتني مآرب لطيفة في باب التعلم، وأدباً جميلاً لم يكن عندي، فزدي علماً؛ قال العلماء: ما أمر الله رسوله بطلب الزيادة في شيء إلا في العلم (النسفي، 1998، ج2، ص.386؛ الحازن، 1415، ج3، ص.214؛ أبو حيان، 1420، ج7، ص.388).

وفي هذه الآية أمر الله ﷻ نبيه ﷺ أن يسأله مزيد العلم؛

المبحث الرابع: الآيات الدالة على جودة الحياة المهنية

يولي الإسلام الجانب المهني عناية فائقة، ويؤكد أهمية للمسلم في صلاح دينه ودنياه وآخريته بما يحقق جودة الحياة للفرد والمجتمع، ويتبين ذلك من خلال عدد من المقومات من أهمها:

الأمانة وإتقان العمل:

من أولى المقومات لتحقيق جودة الحياة المهنية الأمانة والإخلاص في العمل، فبهما يرتقي وينمو الإنتاج، ويتحسن الاقتصاد، وعند انعدامهما تفسد الأعمال، وينقل الإنتاج، ويتردى مستوى الاقتصاد، قال تعالى على لسان ابنة الرجل الصالح: ﴿قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ﴾ [القصص: 26]، يعني خير الأجراء من يكون قويا في العمل أميناً على المال والعودة (السمرقندي، د.ت، ج2، ص.605).

وهاتان الصفتان يتمنى كل صاحب مال توفرهما فيمن يعمل عنده حتى يضمن جودة العمل وإتقانه، وحفظه من النقصان الذي تنتج عنه خسائر الأموال، وكلما كانت المهمة والمسؤولية أعظم، كان التشدد في تحقق هاتين الصفتين أكثر وأكبر، واجتماع القوة والأمانة قليل في الناس؛ وقد أدرك أمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضي الله عنه ذلك فكان يقول: اللهم أشكوا إليك جلد الفاجر وعجز الثقة؛ فالواجب في كل عمل تقديم الأصلح لها من تتوفر فيه أفضل الصفات؛ فإذا تعين رجلان أحدهما أعظم أمانة والآخر أعظم قوة؛ قدم أنفعهما لذلك العمل؛ والذي يكون ضرره على العمل أقل (ابن تيمية، 1995، ج28، ص.255).

كما حث الإسلام على إتقان العمل حتى يكون صالحاً مفيداً للفرد والجماعة؛ من خلال خضوعه للرقابة والمحاسبة؛ قال تعالى: ﴿وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْعُقبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ﴾ [التوبة: 105]، وقال رضي الله عنه: ﴿فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ (7) وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ﴾ [الزلزلة: 7-8].

ولذا ينبغي أن يكون ديدن المسلم السعي بكل طاقته لرفع مستوى إتقان وجودة العمل؛ لذا قال رضي الله عنه: ﴿حُبُّ اللَّهِ لِلْعَامِلِ إِذَا عَمِلَ أَنْ يُحْسِنَ﴾ (الطبراني، ج19، ص.199، ح448؛ البيهقي، 2003، ج7، ص.234، ح4932).

وقال رضي الله عنه: ﴿خَيْرُ الْكَسْبِ، كَسْبُ يَدِ الْعَامِلِ إِذَا نَصَحَ﴾ (أحمد، 2001، ج14، ص.136، ح8412؛ البيهقي، 2003، ج2، ص.440، ح1180).

كما رسَّخ الإسلام مبدأ تقويم الأداء الوظيفي وربطه بالتقدير في أداء العمل قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا﴾ [الكهف: 30]، والمعنى أن الذين صدَّقوا بما أنزل الله من الحق، وعملوا بعد إيمانهم الأعمال الصالحة التي دعاهم إليها، أن الله تعالى لن يضيع أجر من أحسن منهم عملاً من تلك الأعمال، بل يحسن جزاءه،

فمن الواجب على العلماء وطلبة العلم الالتفات إلى هَذَا الأجر العظيم، وهو تعليم العلم للمسلمين، فهو من التواصل بالحق الوارد في قوله تعالى: ﴿وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾ [العصر: 3] فهذا وصف من الله تعالى لعباده المؤمنين الصالحين بأنهم لشدة محبتهم للطاعة لا يقصروها على أنفسهم، بل يحرصون على توصية غيرهم أن يعملوا مثلهم؛ ليكونوا سبباً لطاعات الغير، وهذا ما ينبغي أن يكون عليه أهل الدين (الرازي، 1420، ج32، ص.281).

واستمرار الأجر والثوبة نتيجة تعليم الغير العلم النافع، يضمن جودة الحياة العلمية، وتطورها.

تطبيق العلم بالعمل به:

الأصل في طلب العلم العمل به، وهذا هو جوهر العلم في الإسلام؛ وكي تحصل الاستفادة من العلم في جودة الحياة لا بد من تطبيق ما يتعلم الإنسان، ويكون ذلك بربط العلم بالعمل، وقد حذر القرآن الكريم من ترك العمل بالعلم، وبين خطورة ذلك؛ فقال تعالى: ﴿لَمْ تَقُولُوا مَا لَا تَعْمَلُونَ (2) كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَعْمَلُونَ﴾ [الصف: 2-3]، نزلت في نفر من المسلمين كانوا يقولون: لو نعلم أي الأعمال أحب إلى الله لأتيناها، ولو ذهبت فيه أنفسنا وأموالنا؛ فلما كان يوم أحد، فروا عن النبي صلى الله عليه وسلم حتى شُجَّ، وكُسرت رباعيته (الطبري، 2000، ج23، ص.356).

ومعنى الآية: «لم تقولون الخير وتحتون عليه، وربما تمدحتم به وأنتم لا تفعلونه، وتنهون عن الشر وربما زهتتم أنفسكم عنه، وأنتم مثلون به ومتصفون به، فهل تلبق بالمؤمنين هذه الحالة الذميمة؟ أم من أكبر المقت عند الله أن يقول العبد ما لا يفعل؟ ولهذا ينبغي للأمر بالخير أن يكون أول الناس إليه مبادرة، وللناهي عن الشر أن يكون أبعد الناس منه» (السعدي، 2000، ص.858).

وقد استعاذ النبي صلى الله عليه وسلم من العلم الذي لا ينفع صاحبه فكان من دعائه صلى الله عليه وسلم: (اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ) (مسلم، د.ت، ج4، ص.2088، ح2722).

وقد حث القرآن على العلم بالعمل؛ فقال تعالى: ﴿الَّذِينَ يَسْتَعِينُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ﴾ [الزمر: 18]، هذه الآية عامة في جميع ما يسمعه الإنسان من الأقوال؛ ومقصدها الثناء على هؤلاء في نفوذ بصائرهم، وقوام نظهرهم؛ فيتبعون أحسن ما يؤمرون به، أي يفهمونه ويعملون بما فيه (البغوي، 1997، ج7، ص.113؛ ابن كثير، 1999، ج7، ص.90).

وتطبيق العلم كان ديدن الصحابة رضي الله عنهم؛ فعن أبي بن كعب رضي الله عنه قال: (تَعَلَّمُوا الْعِلْمَ وَاعْمَلُوا بِهِ وَلَا تَتَعَلَّمُوهُ لِتَجَمَّلُوا بِهِ؛ فَإِنَّهُ يُوشِكُ أَنْ طَالَ بِكُمْ زَمَانٌ أَنْ يُجَمَّلَ بِالْعِلْمِ كَمَا يُجَمَّلُ الرَّجُلُ بِتَوْبِهِ) (أحمد، 2009، ج1، ص.693).

والتأمل فيمن عمل بما علم يجده قد امتلأ قلبه بالخشية من الله، كما أن حياته تمتلئ بالرضا، وبالتالي ينعكس ذلك على حياته فتصلح وتطيب، وتحقق له جودة الحياة.

ما يمسك النفس، ويحفظ العقل والوجه الثاني: أنه المستطاب المستلذ من المأكَل والفواكه (الرازي، 1420، ج 23، ص 281؛ القرطبي، 1964، ج 6، ص 424).

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُّوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾ [المؤمنون: 51]، وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ، فَقَالَ: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُغْبِطُونَ﴾ [البقرة: 172] ثُمَّ ذَكَرَ الرَّجُلُ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ، يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ، يَا رَبِّ، يَا رَبِّ، وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ، وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ، وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ، فَأَنَّى يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ (مسلم، د.ت، ج 2، ص 403، ح 1015).

دل الحديث على أن الطيبات من الأرزاق من أسباب قبول الدعاء، ولا شك أن استجابة الدعاء من أمارات جودة الحياة؛ وهذا الحديث أصل عظيم في وجوب الحرص على الكسب الطيب الحلال، والتفكير من الكسب الخبيث المحرم الذي يمنع إجابة الدعاء فقد ذكر صلى الله عليه وسلم أن التوسع في الحرام أكلاً وشرباً وليسا وتغذية يمنع استجابة الدعاء وقد قال النبي صلى الله عليه وسلم لسعد بن أبي وقاص رضي الله عنه: (يَا سَعْدُ أَطِيبْ مَطْعَمَكَ تَكُنْ مُسْتَجَابَ الدَّعْوَةِ، وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ، إِنْ أَعْبَدَ لِيُقْذِفَ اللَّفْمَةَ الْحَرَامَ فِي جَوْفِهِ مَا يُتَقَبَّلُ مِنْهُ عَمَلٌ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، وَإِنَّمَا عَبْدٌ تَبَّتْ لِحْمَتُهُ مِنَ السُّخْتِ وَالرِّبَا فَالْتَأَرْ أَوْلَى بِهِ) (الطبراني، د.ت، ج 6، ص 310، ح 5495).

فأكل الحرام وشربه ولبسه والتغذي به سبب موجب لعدم إجابة الدعاء، وسبب موجب لدخول النار إن لم يتب منه صاحبه.

ولا شك أن اطئمان النفس كون ما تلبسه وما تأكله حلالاً طيباً من أسباب توفير جودة الحياة.

وفي ضوء ما سبق يتبين تركيز الإسلام على مبدأ الكسب الطيب الحلال؛ لكونه من ركائز تحقيق جودة الحياة المهنية للإنسان في عمله.

مراعاة القدرة والاستطاعة:

ومن مراعاة القدرة أن يكون العمل مناسباً لما جعله الله تعالى في الفرد من إمكانيات وقدرات جسدية ونفسية وعقلية، ومراعاة إمكانية قيامه بالعمل؛ قال تعالى: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ تَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ [البقرة: 286] أي لا يكلفها من العمل إلا ما أطاقت فلا يلزمها أكثر من الطاقة؛ فلا تحمل نفس من الأمور ما يضييق عليها، ويتعذر عليها القيام به (الطبراني، 2000، ج 4، ص 45؛ ابن عثيمين، 1423، ج 3، ص 451).

وهذه القاعدة أكد عليها القرآن الكريم في عدة مواضع منها: قوله تعالى في الإنفاق على المطلقة وولدها: ﴿وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۗ لَا تُكَلِّفُ تَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ [البقرة: 233].

وقوله تعالى في الوصية بإيفاء الكيل والميزان: ﴿وَأَوْفُوا الْكَيْلَ

أما الذي ترقى في عمل الصالحات، وشغل نفسه بالطاعات والخيرات، فأجره عظيم، ولم يقل صلى الله عليه وسلم: ﴿إِنَّا لَا نَضِيعُ أَجْرَهُمْ﴾، وإنما قال تعالى: ﴿أَجْرٌ مِّنْ أَحْسَنَ عَمَلًا﴾؛ وذلك لبيان العلة في ثواب هؤلاء وهو أنهم أحسنوا العمل؛ وقد قال صلى الله عليه وسلم: ﴿هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَانِ إِلَّا الْإِحْسَانُ﴾ [الرحمن: 60] (ابن عثيمين، 1423، ص 64).

كما أن من مقومات الإبداع أن يكتفي الإنسان بالأدنى من المستوى الإنتاجي دون الوصول إلى أعلى درجات الإقتان والإبداع التي يستطيع أن يصل إليها؛ في حين أن الإسلام حث الإنسان على إتقان العمل، والتربية الإسلامية تدعو إلى الأفضل والأحسن في كل ما فيه نفع الفرد والمجتمع (الحازمي، 2004، ص 10).

الكسب الطيب:

حرص الإسلام على تحقيق جودة الحياة المهنية للعامل من خلال تعويده على نفع وبناء المجتمع، وحرم الكسب الذي ينضوي على الظلم والربا والغش والتدليس والسرقة والخداع، وكذلك حرم طرق الكسب التي من ورائها هلاك الإنسان كالمخمر والمخدرات والخبائث بأنواعها، كما حرم الكسب من الطرق التي فيها إهدار لكرامة الإنسان؛ كالزنى والمتاجرة بالأعضاء؛ لما لها من أضرار على الفرد والمجتمع، وفي المقابل حث الإسلام على الكسب الطيب وإتقان العمل؛ قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَنْفِقُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ﴾ [البقرة: 267] أي من «من حلاله الذي أبحناه لكم فجعلناه لكم رزقاً» (الطبراني، 2000، ج 2، ص 101).

أمر بأن يتصدق من الحلال، وفيه دليل على أن من تصدق من الحرام لا يقبل منه؛ لأن الواجب عليه أن يرده إلى صاحبه (السمرقندي، د.ت، ج 1، ص 203).

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ اللَّهَ قَسَمَ بَيْنَكُمْ أَخْلَاقَكُمْ، كَمَا قَسَمَ بَيْنَكُمْ أَرْزَاقَكُمْ... وَلَا يَكْسِبُ عَبْدٌ مَالًا مِنْ حَرَامٍ، فَيُتَقَبَّلَ مِنْهُ فَيُبَارَكَ لَهُ فِيهِ، وَلَا يَتَصَدَّقُ بِهِ فَيُقْبَلَ مِنْهُ، وَلَا يَتْرُكُ خَلْفَ ظَهْرِهِ إِلَّا كَانَ زَادَهُ إِلَى النَّارِ، إِنَّ اللَّهَ يَجْعَلُ لَا يَمْخُو السَّيِّئِ بِالسَّيِّئِ، وَلَكِنْ يَمْخُو السَّيِّئِ بِالْحَسَنِ، إِنَّ الْحَبِيبَ لَا يَمْخُو الْحَبِيبَ) (أحمد، 2001، ج 6، ص 189، ح 3672).

إن للكسب الطيب الحلال دوراً كبيراً في صلاح القلب، وهدهو النفس، وهناء العيش، بعكس الكسب الحرام الذي يجعل الإنسان في قلق مستمر ضيق النفس، دائم الحيرة، والله سبحانه طيب لا يقبل إلا طيباً، كما أن الله تعالى أمر المؤمنين بما أمر به الرسل -عليهم السلام- فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ﴾ [المؤمنون: 51]، وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾ [البقرة: 172] فأمر المؤمنين بما خاطب به المرسلين، وفي الطيبات وجهان: الوجه الأول: أنه الحلال، فطيبت الرزق الحلال الصافي القوام، فالحلال: الذي لا يعصى الله صلى الله عليه وسلم فيه، والصافي: الذي لا ينسى الله فيه، والقوام:

ماله كما زاده الله تعالى على قدر حاجته (ابن عطية، 1422، ج4، ص.300؛ ابن الجوزي، 1422، ج3، ص.393).

وقيل: «أمره بالإحسان مطلقاً، ويدخل فيه الإعانة بالمال والجاه، وطلاقة الوجه، وحسن اللقاء، وحسن الذِّكْرِ» (الرازي، 1420، ج25، ص.15).

وحذر تعالى من الظلم والتقصير في أداء حقوق الآخرين في العمل قال تعالى: ﴿وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ﴾ [الأعراف: 85]، البخسُ النقص والقلّة، يقال: بختت أبخس بالسين؛ والمعنى: لا تظلموا الناس حقوقهم فتنقصوهم إياها (الطبري، 2000، ج12، ص.555؛ الزجاج، 1988، ج2، ص.354).

ويؤخذ من قوله تعالى: ﴿أَشْيَاءَهُمْ﴾ التعميم تنبيهاً على النهي عن بخس الجليل والحقير والقليل والكثير وتدخل فيه جميع حقوق الآخرين (البيضاوي، 1418، ج3، ص.23؛ الخازن، 1415، ج2، ص.498).

وقوله تعالى: ﴿وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا﴾ [الأعراف: 85] رتب الفساد في الأرض على منع حقوق الناس، وقوله تعالى في الآية الأخرى: ﴿وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ﴾ [هود: 85] العتو أشد الفساد؛ ولذا فإنه يعم نقص الحقوق وغيره من أنواع الفساد الأخرى (الزجاج، 1988، ج1، ص.142؛ الخازن، 1415، ج2، ص.498).

كما حثت الشريعة على وجوب إعطاء الأجير أجرته فور استحقاقه لها من دون تأخير ولا مبالغة؛ قال ﷺ: (أَعْطُوا الْأَجِيرَ أَجْرَهُ قَبْلَ أَنْ يَجِفَّ عَرْقُهُ) (ابن ماجه، د.ت، ج2، ص.817، ح.2443).

ومن شدة حرمة ظلم الأجير وأكل ماله أن الله ﷻ عدّه خصماً له يوم القيامة ففي الحديث القدسي قال رسول الله ﷺ: (قال الله تعالى: ثَلَاثَةٌ أَنَا وَخِصْمُهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، رَجُلٌ أَعْطَى بِي ثُمَّ عَدَرَ، وَرَجُلٌ بَاعَ حُرًّا فَأَكَلَ ثَمَنَهُ، وَرَجُلٌ اسْتَأْجَرَ أَجِيرًا فَاسْتَوْفَى مِنْهُ وَلَمْ يُعْطِهِ أَجْرَهُ) (البخاري، 1422، ج3، ص.90، ح.2270).

وتشير التوجيهات الإسلامية الكريمة إلى أن يقوم العامل بإحسان التعامل مع من حوله وإتقان العمل الذي كُلف به وتجويده، أمّا صاحب العمل فعليه أن يحسن معاملة المستخدمين أو العمال واعتبارهم إخوة له في الدين والبشرية، وعليه أن يقوم بتحديد نوعية العمل والتزاماته، وتحديد الأجر المناسب، والمساعدة إلى قضائه في وقته (السالموي، 1998، ص.240-241).

وبهذا تتحقق جودة الحياة المهنية في نفع الآخرين.

الخاتمة

أولاً: أهم النتائج:

1. اطمئنان النفس يكون بالثقة بالله تعالى، والإيمان بأنّه تعالى هو المدبرُّ لجميع الشؤون؛ فعليتنا شكره تعالى والثناء عليه.

وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ ۚ لَا تُكْلِفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ﴿ [الأنعام: 152].

وقوله تعالى في التكليف بالأعمال الصالحة: ﴿وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَا نُكْلِفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ [الأعراف: 42]، وقوله تعالى ﴿أُولَئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْحَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ﴾ (61) وَلَا نُكْلِفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ﴿ [المؤمنون: 62].

فدلّت هذه الآيات على أنّ الأعمال لا بد أن تتناسب مع قدرات المكلف بها، فينبغي مناسبة العمل مع القدرات البدنية والعلمية والعقلية والنفسية حتى تحتثي الثمرة المطلوبة.

كما أنّ النبي ﷺ أكد على وجوب مراعاة قدرات العامل مع ما يسند إليه من عمل؛ بحيث يستطيع أداءه على أكمل وجه؛ وعدم تكليف العامل بما يعجز عن القيام به من أعمال؛ كما أكد على وجوب مد يد العون له إذا كان العمل يشق عليه ويعجز عن القيام به بمفرده فقال ﷺ في قصة أبي ذر ﷻ حينما عبر مخدمه بأمره: (يَا أَبَا ذَرٍّ أَعْرَيْتَهُ بِأَمْرِهِ؟ إِنَّكَ امْرُؤٌ فِيكَ جَاهِلِيَّةٌ، إِخْوَانُكُمْ حَوْلُكُمْ، جَعَلَهُمُ اللَّهُ تَحْتَ أَيْدِيكُمْ، فَمَنْ كَانَ أَحْوَهُ تَحْتَ يَدِهِ، فَلْيُطْعِمْهُ مِمَّا يَأْكُلُ، وَلْيُلْبِسْهُ مِمَّا يَلْبَسُ، وَلَا تُكَلِّفُوهُمْ مَا يَغْلِبُهُمْ، فَإِن كَلَّفْتُمُوهُمْ فَأَعِينُوهُمْ) (البخاري، 1422، ج1، ص.15، ح.30).

التكليف: هو تحميل النفس شيئاً معه كلفة، وقيل: هو الأمر بما يشق، وفي هذا الحديث الأمر بعدم المشقة على من يوكل لهم العمل فينبغي ألا يُكَلَّفُوا مَا يَغْلِبُهُمْ من عمل تصير قدرتهم فيه مغلوبة، فيعجزون عنه؛ لصعوبته، وفي حالة الاضطرار إلى تكليف العامل ما لا يقدر عليه وحده فليُعينْ بِغَيْرِهِ ليساعده في إنجاز العمل (ابن حجر، 1379، ج5، ص.175).

وقد ورد أنّ عمر ﷻ كان يأتي الحوائطَ، فَمَنْ رَأَهُ من العبيد كُلف ما لا يطيق وضع عنه، ومن أقلَّ رزقه زاده فيه (العيني، د.ت، ج13، ص.108).

تحقيق النفع للآخرين:

من مقومات جودة الحياة المهنية إسعاد الناس بالبدل والعطاء المادي والمعنوي لهم، فتقديم النفع للآخرين هو طريق للفلاح والسعادة؛ قال تعالى: ﴿مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضَاعِفَهُ لَهُ وَلَهُ أَجْرٌ كَرِيمٌ﴾ [الحديد: 11]، «والعرب تقول لكل من فعل فعلاً حسناً: قد أقرض، وقيل: القرض النفقة، وقيل: هو عمل الخير، والقرض الحسن مشروط بصدق النية، وطيب النفس، وابتغاء وجه الله تعالى، دون رياء ولا سمعة» (القرطبي، 1964، ج17، ص.272).

وقد أمر الله تعالى بالصدقات والتبرعات والعطف على الآخرين، وجميع أبواب الإحسان؛ قال تعالى: ﴿وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ﴾ [القصص: 77]، «أي أحسن إلى خلقه كما أحسن هو إليك» (ابن كثير، 1999، ج6، ص.245).

وقيل المعنى: أمره بصلة المساكين وذوي الحاجة بإعطاء فضل

أهم التوصيات:

يوصي البحث بتكثيف الدراسات التي تبرز عناية القرآن الكريم بجودة الحياة المختلفة، ومنها على سبيل المثال:

1. عناية القرآن الكريم بجودة الحياة في مجال المحافظة على البيئية.
 2. عناية القرآن الكريم بجودة الحياة في مجال الرعاية الصحية.
- وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه، وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

المراجع:

- ابن الجوزي، عبد الرحمن بن علي. (1422). زاد المسير في علم التفسير. (تحقيق: عبد الرزاق المهدي). دار الكتاب العربي.
- ابن القيم، محمد بن أبي بكر. (1994)، زاد المعاد في هدي خير العباد. (ط7). مؤسسة الرسالة، مكتبة المنار الإسلامية.
- ابن القيم، محمد بن أبي بكر. (1996). مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين. (تحقيق: محمد المعتصم بالله البغدادي). ط3، دار الكتاب العربي.
- ابن القيم، محمد بن أبي بكر. (د.ت). مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة. (تحقيق: عبد الرحمن حسن قايد. إشراف: د. بكر بن عبد الله أبو زيد). دار عالم الفوائد للنشر والتوزيع.
- ابن تيمية، أحمد بن عبد الحلیم. (1995). مجموع الفتاوى. (تحقيق: عبد الرحمن بن محمد بن قاسم) مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.
- ابن جزى، محمد بن أحمد. (1416). التسهيل لعلوم التنزيل. (تحقيق: د. عبد الله الخالدي). شركة دار الأرقم بن أبي الأرقم.
- ابن حجر، أحمد بن علي. (1379). فتح الباري شرح صحيح البخاري. (رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي. قام بإخراجه وصححه وأشرف على طبعه: نخب الدين الخطيب. علق عليه: سماحة الشيخ عبد العزيز بن عبد الله بن باز). (د.ط.). دار المعرفة.
- ابن سيده، علي بن إسماعيل. (2000). المحكم والمحيط الأعظم. (تحقيق: عبد الحميد هندواوي). دار الكتب العلمية.
- ابن عبد البر، يوسف بن عبد الله. (1994)، جامع بيان العلم وفضله، (تحقيق: أبي الأشبال الزهيري). دار ابن الجوزي.

2. وجوب البعد عن أسباب الاضطرابات النفسية والتي من أهمها الضلال، والإعراض عن ذكر الله تعالى، وارتكاب المعاصي.
3. تعظيم حقوق المسلم من خلال الآيات المتعلقة بالحث على التراحم والتكاتف والتعاقد.
4. رفع مستوى الأمن النفسي وتقدير الذات من خلال الآيات المتعلقة بالأداب العامة، وأحكام المعاملات بين الناس، والتي من أبرزها التعاطف والمشاركة الوجدانية.
5. أن الإيمان إذا خالط القلب أكسبه اللذة والسرور.
6. تنمية الجانب الوجداني من خلال تعلم العلوم والآداب والفنون المقتبسة من القرآن الكريم، والافتداء بالسلف الصالح.
7. الحرص على تحقيق مقومات جودة الحياة النفسية من خلال تحقيق التوحيد في ضوء الآيات التي بين أن تحقيق التوحيد يحقق الأمن بعد الخوف، والحياة الطيبة، ونزول السكينة، وهذا يعكس ما يحصل للجانب النفسي بالإيمان بالله تعالى وتوحيده.
8. أن للمداومة على العبادة أثرًا بالغًا في توفر جودة الحياة؛ من انشراح الصدور، وراحة النفس، واطمئنانها، وزوال قلقها، مما يبعدها عن الاضطرابات النفسية.
9. جاءت الآيات الكريمة بمنع الاعتداء على جسم الإنسان؛ فحرمت أي عمل يضر به، كما حثت على العناية به من خلال تغذيته الغذاء الصحي المناسب.
10. دعت الآيات الكريمة إلى الإخلاص في طلب العلم، كما حثت على التعليم، ودعت إلى المداومة عليهما.
11. بينت الآيات الكريمة أهمية تطبيق العلم؛ وذلك بالعمل به، بما يحقق جودة الحياة العلمية للإنسان.
12. حثت الآيات الكريمة على إتقان العمل، وحصنت على الاتصاف بصفتي القوة والأمانة، وهما صفتان ينبغي توفرهما في العامل، كما حثت على وجوب خضوع العامل للمراقبة والمحاسبة، سعيًا لرفع جودة الحياة المهنية.
13. كما حثت الآيات الكريمة على الارتقاء بالعمل والسعي الدائم لتطويره، والإبداع فيه، بغية الوصول إلى أعلى درجات الإتقان وجودة العمل.
14. كما بينت الآيات الكريمة أن من أهم مقومات جودة الحياة المهنية مراعاة الفوارق الذهنية والعلمية والجسدية بين العاملين.
15. كما بينت الآيات الكريمة أن من أهم مقومات جودة الحياة المهنية تحقيق النفع للآخرين.
16. حثت الآيات الكريمة على الكسب الطيب، مبينة أثره البالغ في إصلاح حياة الإنسان، وهذا من مقومات جودة الحياة.

القرآن. (تحقيق: محمد عبد الله النمر، وعثمان جمعة ضميرية، وسليمان مسلم الحرش). دار طيبة للنشر والتوزيع.

البيضاوي. عبد الله بن عمر. (1418). أنوار التنزيل وأسرار التأويل. (تحقيق: محمد عبد الرحمن المرعشلي). دار إحياء التراث العربي.

البيهقي، أحمد بن الحسين. (2003). شعب الإيمان. (تحقيق: د. عبد العلي عبد الحميد حامد. خرج أحاديثه: مختار أحمد الندوي). مكتبة الرشد للنشر والتوزيع. الدار السلفية.

الترمذي، محمد بن عيسى. (1975). سنن الترمذي. (تحقيق وتعليق: أحمد محمد شاكر، ومحمد فؤاد عبد الباقي، وإبراهيم عطوة عوض). شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي.

الثعلبي، أحمد بن محمد. (2002). الكشف والبيان عن تفسير القرآن. (تحقيق: الإمام أبي محمد بن عاشور. مراجعة وتدقيق: أنظر الساعدي). دار إحياء التراث العربي.

جامعة الملك عبد العزيز، (د.ت)، ملحق مصطلحات ومفاهيم الجودة، المملكة العربية السعودية.

الجرجاني، علي بن محمد. (1983)، التعريفات، ضبطه وصححه جماعة من العلماء بإشراف الناشر، دار الكتب العلمية.

الجصاص، أحمد بن علي. (1994)، الفصول في الأصول، (ط2)، وزارة الأوقاف الكويتية.

الجوهري، إسماعيل بن حماد. (1987). الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية. (تحقيق: أحمد عبد الغفور عطار). دار العلم للملايين.

الحازمي، خالد حامد. (2004)، التربية الإبداعية في منظور التربية الإسلامية، المدينة المنورة: مجلة الجامعة الإسلامية، السنة (34)، (116)، 416-493.

الحاكم، محمد بن عبد الله. (1990). المستدرک علی الصحیحین. (تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا). دار الكتب العلمية.

الحرالي، علي بن أحمد. (1997). تراث أبي الحسن الحرالي المراكشي في التفسير. (تقديم وتحقيق: محمادي بن عبد السلام الخياط). منشورات المركز الجامعي للبحث العلمي.

الحازن، علي بن محمد. (1415). لباب التأويل في معاني التنزيل.

ابن عثيمين، محمد بن صالح. (1423). تفسير سورة الكهف. دار ابن الجوزي للنشر والتوزيع.

ابن عجيبة، أحمد بن محمد. (1419). البحر المديد في تفسير القرآن المجيد. (تحقيق: أحمد عبد الله القرشي رسلان). الناشر: د.حسن عباس زكي.

ابن عطية، عبد الحق بن غالب. (1422). المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز. (تحقيق: عبد السلام عبد الشافي محمد). دار الكتب العلمية.

ابن كثير، إسماعيل بن عمر. (1999). تفسير القرآن العظيم. (تحقيق: سامي محمد سلامة). دار طيبة للنشر والتوزيع.

ابن ماجه، محمد بن يزيد. (د.ت). سنن ابن ماجه. (تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي). دار إحياء الكتب العربية، فيصل عيسى البابي الحلبي.

ابن محمد، فيصل بن جاسم. (2008)، إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الإعلامية، دار المعرفة للطباعة والنشر والتوزيع.

ابن منظور، محمد بن مكرم. (1414)، لسان العرب، دار صادر. أبو حيان. محمد بن يوسف. (1420). البحر المحيط في التفسير. (تحقيق: صديقي محمد جميل). دار الفكر.

أبو داود، سليمان بن الأشعث. د.ت. سنن أبي داود. (تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد). (د.ط). صيدا- المكتبة العصرية.

أبو يعلى، أحمد بن علي. (1984)، مسند أبي يعلى، (تحقيق: حسين سليم أسد)، دار المأمون لتراث.

أحمد، أحمد بن حنبل. (2009). الجامع لعلوم الإمام أحمد، (تحقيق: خالد الرباط، وسيد عزت عبد)، دار الفلاح للبحث العلمي وتحقيق التراث.

أحمد، أحمد بن حنبل. (2001). مسند الإمام أحمد بن حنبل. (تحقيق: شعيب الأرنؤوط، وعادل مشرد. إشراف: د.عبد الله بن عبد المحسن التركي). مؤسسة الرسالة.

الأزهري، محمد بن أحمد. (2001). تهذيب اللغة. (تحقيق: محمد عوض مرعب)، دار إحياء التراث العربي.

الألوسي، محمود بن عبد الله. (1415). روح البيان. (تحقيق: علي عبد الباري عطية)، دار الكتب العلمية.

البخاري، محمد بن إسماعيل. (1422). صحيح البخاري. (تحقيق: محمد بن زهير ناصر الناصر). دار طوق النجاة.

البغوي، الحسين بن مسعود. (1997). معالم التنزيل في تفسير

- (تصحيح: محمد علي شاهين). دار الكتب العلمية. خلافي، علي. (2020)، أضرار الخمر على مختلف الجسم البشري، مجلة دعوة الحق.
- الخلوي، إسماعيل بن حقي. (د.ت). روح البيان. (د.ت). دار إحياء التراث العربي.
- الدبوسي، عبد الله بن عمر. (2001)، تقويم الأدلة في أصول الفقه، (تحقيق: خليل محيي الدين الميس)، دار الكتب العلمية.
- الرازي، محمد بن عمر. (2000). مفاتيح الغيب. دار الكتب العلمية.
- الراغب الأصفهاني، الحسين بن محمد. (1412). المفردات في غريب القرآن. (تحقيق: صفوان عدنان داودي). دار القلم، الدار الشامية.
- رياض، سعد، (2008). موسوعة علم النفس والعلاج النفسي من منظور إسلامي، دار ابن الجوزي.
- الزجاج، إبراهيم بن السري. (1988). معاني القرآن وإعرابه. (تحقيق: عبد الجليل عبد شلي). عالم الكتب.
- السعدي، عبد الرحمن بن عبد الله. (2000). تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان. (تحقيق: عبد الرحمن بن معلا اللويحي)، المدينة النبوية: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.
- السلمي، محمد بن الحسين. (2001). حقائق التفسير. (تحقيق: سيد عمران). دار الكتب العلمية.
- السمالوطي، نبيل. (1998)، بناء المجتمع الإسلامي، دار الشروق.
- السمرقندي، نصر بن محمد. (د.ت). بحر العلوم. (تحقيق: د. محمود مطرجي). دار الفكر.
- الشريف، خالد بن مسعود. (2009)، مستوى جودة الحياة لدى المسنين بمدينة مكة المكرمة. المؤتمر الدولي الثاني والعشرون للخدمة الاجتماعية، *مجلة الخدمة الاجتماعية وتحسين نوعية الحياة، القاهرة: مصر، 7، 3436-3522.*
- الشنقيطي، محمد الأمين بن محمد المختار. (1426). أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- الشهري، صالح بن علي. (2000)، مقومات التربية الجسمية في الإسلام: دراسة تحليلية ميدانية، استكمالاً لمتطلبات درجة الدكتوراه في الأصول الإسلامية للتربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى، كلية التربية.
- الطبراني، سليمان بن أحمد. (1994). المعجم الكبير. (تحقيق: حمدي بن عبد المجيد السلفي). مكتبة ابن تيمية.
- الطبراني، سليمان بن أحمد. (د.ت). المعجم الأوسط. (تحقيق: طارق عوض الله محمد، وعبد المحسن بن إبراهيم الحسيني)، دار الهجرة.
- الطبري، محمد بن جرير. (2000). جامع البيان في تأويل القرآن. تحقيق: أحمد محمد شاكر. مؤسسة الرسالة.
- الطبي، الحسين بن عبد الله. (213). فتوح الغيب في الكشف عن قناع الريب (حاشية الطبي على الكشف). (تحقيق: إياد محمد الغوج؛ د. جميل بني عطا)، دبي. جائزة دبي الدولية للقرآن الكريم.
- العباد، عبد المحسن بن حمد. (2002)، أثر العبادات في حياة المسلم، دار المغني.
- عبوي، منير زيد. (2006)، إدارة الجودة الشاملة، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع.
- علي، سعيد إسماعيل. (2010)، أصول التربية الإسلامية، (ط2). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- العيني، محمد بن أحمد. (د.ت). عمدة القاري شرح صحيح البخاري. دار إحياء التراث العلمي.
- الغزالي، محمد بن محمد. (1971)، شفاء الغليل في بيان الشبه والمخيل ومسالك التعليل، (تحقيق: د. حمد الكبيسي)، مطبعة الإرشاد.
- القرطبي، محمد بن أحمد. (1964). الجامع لأحكام القرآن. (تحقيق: أحمد البردوني، وإبراهيم أطفيش). (ط2)، دار الكتب المصرية.
- القشيري، عبد الكريم بن هوازن. (د.ت). لطائف الإشارات. (تحقيق: إبراهيم البسيوني). (ط3). الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- القيسي، مكي بن أبي طالب. (2008). الهداية إلى بلوغ النهاية في علم معاني القرآن وتفسيره، وأحكامه، وجمال من فنون علومه. الشارقة. مجموعة بحوث الكتاب والسنة - كلية الشريعة والدراسات الإسلامية.
- الملكعي، مسفر بن محمد. (2017). تحديد معايير تحقيق جودة حياة الأسرة السعودية، دراسة ميدانية. مصر: *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعية*. 8(58)، 286-306.
- الماوردي، علي بن محمد. (1421). أدب الدين الدنيا. دار ومكتبة الهلال.
- الماوردي، علي بن محمد. (د.ت). النكت والعيون. (تحقيق: السيد

- : dirāsah taḥlīlīyah maydānīyah, astkmālā li-mutatallabāt darajat al-duktūrāh fī al-uṣūl al-Islāmīyah lil-Tarbiyah, Makkah al-Mukarramah (in Arabic): Jāmi‘at Umm al-Qurā, Kullīyat al-Tarbiyah.
- al-Sharīf, Khālid ibn Mas‘ūd. (2009), mustawā Jawdah al-ḥayāh ladā al-musinnīn bi-madīnat Makkah al-Mukarramah. al-Mu‘tamar al-dawī al-Thānī wa-al-‘ishrūn lil-Khidmah al-ijtimā‘īyah, (in Arabic). *Majallat al-khidmah al-ijtimā‘īyah* wa-taḥsīn naw‘īyah al-ḥayāh, al-Qāhirah : Miṣr, mujallad (7).34363522-.
- Longest J. (2008). Quality of life impact in mental health needs, New York, Institute of Education Sciences.
- Stanil A. Gabriel. (2015). THE QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY IN ROMANIA. *Journal of Community Positive Practices* XV(2) 2015, P 18- 27.
- ابن عبد المقصود بن عبد الرحيم). دار الكتب العلمية.
- مسلم، مسلم بن الحجاج. (د.ت)، صحيح مسلم، (تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي)، دار التراث العربي.
- جامعة طرابلس. (2024). مفاهيم اساسية عن الجودة في التعليم العالي. تم استرجاعه بتاريخ 2024-09-01 على الرابط التالي: <https://uot.edu.ly/it/qpeo/articles/qualityConcepts.php>
- المنأوي، محمد عبد الرؤوف. (1990). التوقيف على مهمات التعاريف. عالم الكتب.
- ميد، هانز، (2001)، لحم الخنزير والصحة، ألمانيا: دار أولبريا.
- النحلاوي، عبد الرحمن. (1403)، أصول التربية الإسلامية وأساليبها في البيت والمدرسة والمجتمع، (ط2)، دار الفكر.
- النسائي، أحمد بن شعيب. (2001). السنن الكبرى للنسائي. (حققه وخرج أحاديثه: حسن عبد المنعم شليبي. أشرف عليه: شعيب الأرنؤوط. قدم له: د.عبد الله بن عبد المحسن التركي). مؤسسة الرسالة.
- النسفي، عبد الله بن أحمد. (1998). مدارك التنزيل وحقائق التأويل. (حققه وخرج أحاديثه: يوسف علي بدوي. راجعه وقدم له: محيي الدين ديب مستو). دار الكلم الطيب.
- النووي، يحيى بن شرف. (1392). المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج. دار إحياء التراث العربي.
- الواحدى، علي بن أحمد. (1430). التفسير البسيط. الرياض. عمادة البحث العلمي بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- al-Hāzimī, Khālid Hāmid. (2004), al-Tarbiyah al-ibdā‘īyah fī manzūr al-Tarbiyah al-Islāmīyah, al-Madīnah al-Munawwarah : *Majallat al-Jāmi‘ah al-Islāmīyah, al-Sunnah* (34), ‘ (116).416193-.
- al-Mālikī, Musfir ibn Muḥammad. (2017). taḥdīd ma‘āyīr taḥqīq Jawdah ḥayāt al-usrah al-Sa‘ūdīyah, dirāsah maydānīyah. Miṣr (in Arabic): *Majallat al-khidmah al-ijtimā‘īyah*, al-Jam‘īyah al-Miṣrīyah lil-Akhiṣā‘īyīn al-ijtimā‘īyah. ‘58. j8, § §286306-.
- al-Shahrī, Ṣāliḥ ibn ‘Alī. (2000), Muqawwimāt al-Tarbiyah al-jismīyah fī al-Islām



جامعة حائل
University of Hail



Journal of Human Sciences
At Hail University

Journal of Human Sciences

A Scientific Refereed Journal Published
by University of Hail



Seventh year, Issue 24
Volume 2, December 2024

Arcif
Analytics

Print 1658 -788 X
Online E- 8819-1658